Rok III. Warszawa, 26 lutego 1908 r. **№ 2—4 (44—46).**

RUCH

DWUTYGODNIK

poświęcony sprawom wychowania fizycznego i w ogóle normalnego rozwoju ciała.

Do Czytelników.

Stajemy dzisiaj przed Wami, Szanowni Czytelnicy, w poczuciu winy, która rozmaicie tłumaczoną być może, wyjaśnienia więc z naszej strony wymaga.

Czasopismo nasze, na słabych podstawach materyalnych oparte, walczyć musi z wielkiemi trudnościami i przeszkodami, co nieraz ujemnie odbijać się musi na jego wartości wewnętrznej a i szacie zewnętrznej.

Jednym z braków „Ruchu”, z trudnościami powyższemi związanych, jest częsta nieaukuratność w wydawaniu numerów pojedyńczych. Pojmujemy, że to szkodę pismu przynosi i staramy się brak ten zwalczać i usunąć.

Atoli w r. b., który jest trzecim wydawnictwa naszego, zmuszeniśmy byli opóźnić wyjście paru numerów z powodu zmiany drukarni i związanych z tem nieprzewidzianych formalności. Obecny numer jest numerem potrójnym, zawiera bowiem 8 + 16 + 8 = 32 kolumny, obejmując numery tegoroczne: d r u g i, t r z e c i i c z w a r t y.

Prosząc Szanownych Czytelników o pobłażliwe przyjęcie tej zwłoki, mamy nadzieję, że w przyszłości opóźnianie w wydawnictwie naszem zdarzać się już nie będzie.

Z drugiej strony, ażeby ułatwić prowadzenie prawidłowe pisma i dokonywać w niem stale ulepszenia niezbędne, potrzebujemy pozyskać dla „Ruchu“ więcej przedpłatników. Prosimy więc Was, Szanowni Czytelnicy, o rozpowszechnianie wiadomości o piśmie naszem wśród znajo-

mych Waszych. Niechaj każdy z Was pozyszcze bodaj jednego nowego przedpłatnika, a wtedy już sprawy pieniężne „Ruchu“ bardzo się poprawią, wpływając na ożywienie i ulepszanie wydawnictwa naszego.

Redakcya „Ruchu".

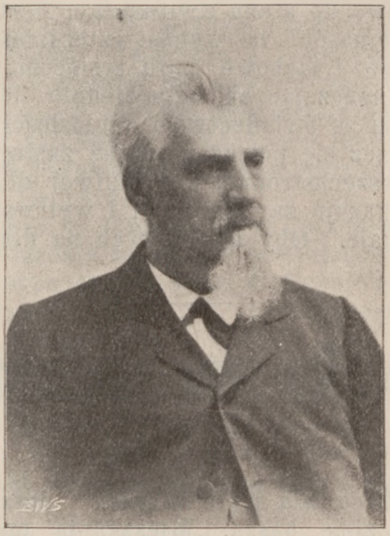
Dyr. Jerzy Kühn.

W prasie codziennej i tygodniowej czytaliśmy niedawno wzmianki o dopełnieniu pięćdziesięciolecia pracy wychowawczej jednego z najstarszych nauczycieli naszych i wieloletniego przełożonego Szkoły rzemiosł—Jerzego Kühna.

Długotrwała działalność zasłużonego jubilata obejmować z natury rzeczy musiała najrozmaitsze dziedziny pracy wychowawczej i oświatowej. Działalność ta datuje się nader wcześnie, zaraz bowiem po ukończeniu b. Gimnazyum realnego i kursów dodatkowych dwudziestoletni podówczas młodzieniec rozpoczyna w r. 1858 zawód swój późniejszy w jednej ze szkół prywatnych i odtąd wykłada w szkołach publicznych — prywatnych i rządowych — przez ciąg lat dwudziestu matematykę i nauki przyrodnicze. Obok tych zajęć oddawał się z zamiłowaniem już od roku 1861 pracy literackiej i dziennikarskiej — to redagując *„Gwiazdkę“* lub *Noworocznik dla Polek*, to zasilając stale artykułami swemi *Przyjaciela dzieci*, *Zorzę*, *Gazetę rzemieślniczą*, *Kuryer warszawski*, *Kuryer codzienny*, *Przegląd pedagogiczny*, a w ostatnich latach i nasz *Ruch*. Od roku 1881 prowadzi Jerzy Kühn *Szkołę rzemiosł* i jednocześnie bierze udział czynny we wszelkich zabiegach i pracach około wykształcenia zawodowego oraz wychowania fizycznego. Ta ostatnia strona działalności jubilata zasługuje właśnie na szersze jej omówienie w naszem piśmie.

Szkoła rzemiosł Jerzego Kühna zajęła zupełnie odrębne i wybitne stanowisko wśród uczelni naszych, wytwarzając z czasem własny swój program, na którym wzorowano się nieraz przy zakładaniu szkół podobnych w kraju i w Cesarstwie. Ażeby osiągnąć jak najlepszy rozwój szkoły, założyciel jej zwiedzał parokrotnie zakłady podobne zagranicą, wprowadzając to wszystko, co w zakresie szkolnictwa zawodowego gdziekolwiek zdobyto. Tu nadmienić wypada, że kierownik szkoły kładzie szczególny nacisk na artystyczną stronę pracy zawodowej i gorącym jest rzecznikiem zaszczepiania u pracowników rzemiosł i rękodzieł *poczucia piękna*. Wyniki tych usiłowań są jak najlepsze: szkoła oddawna już wypuszcza uzdolnionych fachowo i wyrobionych artystycznie zawodowców, a działalność jej bywa przedmiotem wyróżnień i odznaczeń zaszczytnych podczas wystaw i zjazdów.

Gorące przejęcie się sprawą wykształcenia zawodowego zwróciło też na przełożonego Szkoły rzemiosł uwagę władzy. Na przedstawienie dziekana Przystańskiego, podówczas prezesa Rady opiekuńczej przy Szkole im. Konarskiego, delegowany został w r. 1884 przez Ministeryum oświaty na studya w zakresie wykształcenia zawodowego i pracy ręcznej do Szwecyi. Zdobyte tam wiadomości zastosowuje po powrocie do kraju przy urządzeniu *pierwszej u nas sali slojdu* w Szkole im. Konarskiego, albo dzieli się niemi z ogółem w szeregu artykułów, drukowanych w *Przeglądzie pedagogicznym* i w *Kuryerze warszawskim.* Pojawiają się więc w pismach rzeczonych artykuły informujące i sprowozdawcze w zakresie szkolnictwa fachowego: „Szkoła rzemieślnicza w Berlinie," „Szkoła Towarzystwa technicznego w Kopenhadze", „Z wycieczki dla zwiedzenia zakładów naukowych profesyonalnych"—to znowu poruszają prawie nieznany przedtem



przedmiot szkolny—slojd i główne propagandy jego ognisko — Nääs: „Seminaryum w Nääs", „Slojd wogóle i slojd szkolny," „Szkoły ludowe w Sztokholmie," „Slojd—nauka zręczności" i in. O pracy ręcznej w szkole niewiele u nas przedtem pisano: zaledwie w r. 1882 i 1883 pojawiają się w tej dziedzinie pierwsze wzmianki i artykuły przygodne w *Przeglądzie pedagogicznym*; artykuły natomiast J. Kühna zawierają wiadomości wyczerpujące z pierwszej ręki i dlatego go słusznie na nestora slojdu u nas uważać należy.

Jako gruntowny i jedyny u nas znawca pracy ręcznej w szkole, powoływany jest odtąd stale przy każdem wystąpieniu sprawy tej na widownię. I władze rządowe cenią jego znawstwo, delegując go np. w sprawie zamierzonych przekształceń w Szkole rzemiosł w Łodzi, albo też zakładania szkół takich gdzieindziej, wreszcie z poruczeniem specyalnem na zjazdy działaczy na polu wykształcenia za-

wodowego, to znowu powołując go w charakterze rzeczoznawcy przy budowie gmachów szkolnych, urządzaniu przytułków noclegowych i t. p. Ale to tylko cząstka działalności jubilata, który uczestniczy w każdej niemal sprawie, z wykształceniem zawodowem związanej. To układa programy szkół i kursów fachowych, to udziela wskazówek w sprawie nauki rzemiosł w instytucyach dobroczynnych, to publicznie przemawia *„O szkołach fachowych"*, to znowu czynny bierze udział w pracach *Warszawskiego tow. pop. przemysłu i handlu*, *Warsz. tow. dobroczynności* i *Warsz. tow. hygienicznego*. W ostatniem od lat trzech należy do składu komitetu *Ogrodów im. W. E. Raua*, od roku zaś jest przewodniczącym w *Radzie pedagogicznej* tychże Ogrodów.

Ale najdonioślejsze są może zasługi jubilata na terenie Tow. dobroczynności. Gdy w r. 1901 wszczętą została sprawa utworzenia przy temże Towarzystwie wydziału *szwalni i sal zajęć*, Jerzego Kühna obrano na przewodniczącego. Wydział ten nowy, obejmujący początkowo kilkanaście zakładów, w ciągu lat kilku doprowadzony został ilościowo i jakościowo do stanu kwitnącego: liczba zakładów wzrosła w nim niemal w trójnasób, bo wynosi czterdzieści kilka, dając wychowanie początkowe i fachowe paru tysiącom dziatwy i zajmując około dwustu osób nauczających, odpowiednio do tego uzdolnionych. Cyfry te wymownem są świadectwem doniosłości społecznej sal zajęć i stanowią same przez się poważny wyraz zasług jubilata.

Pomimo tak wszechstronnej i uciążliwej długotrwałej działalności swej jubilat wykazuje zawsze zapał i wytrwałość i nadal siły swe na usługi ogółu oddaje. Oby mu sił tych na długo starczyło!...

W. K.

Ruch w zimie.

Mrozy i odwilż, gruda i błoto, śnieg i deszcze — oto mozajka, składająca się na zimę naszą. Mieszkania opalamy i zamykamy szczelnie, ciało swe zabezpieczamy odpowiedniem ubraniem od wilgoci i zimna—ale tem mniej pragniemy spokoju, tem silniej pożądamy ruchu, który jest najlepszą od zimna ochroną, najskuteczniejszem od przeziębienia zabezpieczeniem.

Obok zajęć ruchowych, szczególnie dobrze wpływających na zdrowe przebycie zimy, znaczenie wielkie pod tym względem mają niezaprzeczenie sporty zimowe. Sportów tych znamy niemało, choć niestety u nas mało się z nich korzysta. Należą do nich te wszystkie, co wymagają ruchu silnego, gwałtownego, szybkiego, który szczególnie pobudza krwiobieg i powoduje rozgrzanie.

Na Zachodzie pierwsze miejsce w tym szeregu zajmuje nożna w obu swych postaciach: Association i Rugby, najbardziej wśród płci brzydkiej rozpowszechniona, gdy płeć piękna posiada rywalizującą z niemi coraz skuteczniej grę hockey. Trzy te gry rozpowszechnione są szczególnie we Francyi i Belgii.

W Anglii prócz powyżej wymienionych uprawianą jest jeszcze

przez rok cały gra prawdziwie narodowa: krykiet (Cricket), który atoli prawie nie przekroczył cieśniny i tylko w Skandynawii znalazł od lat dziesięciu gorące przyjęcie. Prócz tego anglicy uprawiają w porze zimowej polo i golf, które to gry zupełnie są nieznane gdzieindziej—wreszcie wyścig na przełaj (cross-country), stanowiący tak dobrą szkołę wytrzymałości i odwagi.

W Skandynawii sporty powyższe znane są i uprawiane, ale na bok schodzą wobec nastania większych mrozów, ścinających powierzchnie wodne na stałe: wtedy na plan pierwszy występuje łyżwiarstwo i wyrosłe zeń gry lodowe.

Jako ćwiczenie biegowe, łyżwiastwo ma wielkie zalety i słusznie we wszystkich krajach cieszy się powodzeniem największem. Zresztą ślizgają się obficie ci nawet, co łyżew nie mają, lub jeżdżą na jednej tylko łyżwie. U nas łyżwiarstwo jest chyba jedynym sportem powszechnie uznawanym i uprawianym; rzecz tylko dziwna, że nie rozwinęły się na tle tem gry pewne złożone, jak to miało miejsce w Anglii i w Ameryce. W każdym razie w zakresie tym dochodzimy nieraz do wielkiego wyrobienia a i mistrzowstwa nawet.

Ze Skandynawii rozchodzi się coraz więcej w ostatnich czasach saneczkowanie, które wymaga niewielkiej spadzistości i sztucznie teren odpowiedni otrzymywać jest wcale łatwo. Powinniśmy iść pod tym względem za przykładem Lwowa, gdzie sport ten w ostatnich latach rozwinął się bardzo.

Narciarstwo — to również sport przedewszystkiem skandynawski. U nas niewszędzie może, ale powinien być uprawiany. I pod tym względem Królestwo wyprzedziła Galicya, gdzie nader pomyślnie rozwija się działalność odnośnych stowarzyszeń, jak o tem nieraz wzmiakowaliśmy w „Ruchu."

Obok ślizgawki mamy jeszcze jeden sport tradycyjny — jazdę sankami, która szczególniej wyraz swój znalazła w t. zw. kuligu. Jest to już oczywiście rzecz wysubtelniona i nie dla wszystkich dostępna — jeżeli mowa o kuligu. Jazda sanna łączy w sobie wszelkie cechy ruchu szybkiego biernego: więcej sprawia przyjemności aniżeli pożytku.

Jest jeszcze jedna postać ruchu, który u nas szczególnem cieszy się uznaniem w porze zimowej: to taniec. Cobyśmy powiedzieć mogli na pochwałę tańca, jako ruchu hygienicznego i estetycznego, to nie możemy tego zastosować do uprawianego obecnie do późnej nocy, w zamknięciu, przy temperaturze gorąca i t. d. To też uznając wartość tańca ale w postaci u nas nieznanej, najgoręcej nawoływać młodzież naszą musimy jedynie do zapoznania się z powyżej wymienionemi sportami, a to w nadziei, że z czasem i taniec doprowadzony zostanie do miary właściwej.

Rys.

Niemożliwa szczerość.

„Niepodobna mieć walki prawdziwej na arenie cyrkowej" — twierdzi jeden z autorów, traktujących z okazyi niedawno rozpoczętego

sezonu cyrkowego w Paryżu sprawę prawdziwości a symulowania walk cyrkowych. Ustępy tego artykułu A. Suriera w niniejszem podajemy:

„Ze stanowiska sportowego sprawa walk cyrkowych nie może nas bardzo zajmować. Czy będzie obdarzana publiczność nasza widowiskiem tych „grubych tłumoków", trafnie tak uazwanych przez naszego współpracownika [1]), kręcących się na arenie, z wywróconemi oczyma i dzikiemi wykrzykami, czy też będzie go pozbawiona, nie możemy zmienić naszego twierdzenia, że na arenie nie może być mowy o walkach prawdziwych.

„Twierdzenie nasze poparte jest przez fakty tak niezliczone, że postaram się przytoczyć niektóre.

„Publiczność za pieniądze swe pragnie widzieć wiele; gdyby walki nie były udane, trwałyby—wedle jej mniemania—zbyt krótko. Ażeby ją zadowolić trzeba zapasy przedłużać, nieświadoma zas rzeczy bierze to sztuczne przedłużanie za walkę prawdziwą. Tu przyczyną jest sama publiczność.

„Dyrektor cyrku uważa, iż gdyby walki były prawdziwe a więc krótkotrwałe, należałoby daleko więcej mieć atletów, co powiększyłoby znacznie koszta urządzania widowisk. A koszta i bez tego są olbrzymie; składają się na nie kwoty, płacone zapaśnikom, ajentom ogłoszeń, dziennikowi urządzającemu [2]) oraz sprawozdawcom; należałoby chyba podnieść ceny miejsc...

„Dzienniki, urządzające widowiska, muszą pisać o zapasach i ogłaszać je zawczasu. Jakże w tych warunkach można zabronić zapaśnikom, ażeby nie czynili pewnych przygotowań i układów koleżeńskich...

„Zapaśnicy tworzą trupy zorganizowane; są to zresztą towarzysze, przyjaciele, krewni. Czyż można żądać od nich, by walczyli ze sobą brutalnie jak wrogowie? Nie śmiałbym ich o to nawet posądzać. Są to przecie fachowcy-siłacze, opłacani przez przedsiębiorcę miesięcznie i bynajmniej nie otrzymujący swych honoraryów fantastycznych, o jakich donoszą pisma i afisze. Zarabiają oni ciężko na swe utrzymanie, ale nie mam nic do tego, chodzi mi jedynie o zaznaczenie, że nie mają oni nic wspólnego ze sportem. Gdyby zresztą pozostawiono zapaśników na los szczęścia, wówczas publiczność nie byłaby zadowolona, gdyż nie miałaby swych okrzyczanych modnych ulubieńców.

„Program zapasów siłackich musi być określony naprzód ze ścisłością matematyczną: wszak dyrektor musiał przewidzieć wszystko na cały sezon, a więc mieć musi zapewnione powodzenie zapasów, które będzie odpowiednio skracał lub przedłużał. Oczywiście nic to wspólnego mieć nie może ze sportem.

---

[1]) Dr. J. J. Ruffier w *La culture physique.*

(*Przyp. red. „Ruchu."*)

[2]) We Francyi i wogóle zagranicą dzienniki często przedsiębiorą na swe ryzyko urządzenie zapasów w sezonie, a nawet i rzeczy większe, że wspomnimy o znanej wyprawie samochodowej z Pekinu do Paryża, urządzanej, jak wiadomo, przez paryski *Matin*

(*Przyp. red. „Ruchu."*)

„Wracając tedy do kwestyi pierwszorzędnej czasu trwania walki, przekonywamy się na licznych przykładach, że *walka prawdziwa nie może przenosić minuty*. Raz, np. kiedy w Londynie stanęli do walki prawdziwej Madrali Ahmed i Hackenschmidt (miejsce widza kosztowało 6 funtów !), spotkanie to trwało *44 sekundy* i skończyło się złamaniem ręki. Publiczność rozeszła się spokojnie do domów, ale można być pewnym, że mało kto z tych osób przybył na widowisko następne: publiczność lubi, by trwało ono przynajmniej 2 godziny [1]).

„Wspomniane zapasy skończyły się wypadkiem nieszczęśliwym—złamaniem ręki, któremu uległ siłacz turecki. Bez wypadków takich walki prawdziwe prawie nigdy obyć się nie mogą wobec wielkiej siły walczących. Walki prawdziwe przerodzićby się musiały w prawdziwe bitwy krwawe, pomiędzy olbrzymami w sile i objętości...

„Powyższe uwagi wydzierają iluzyę i przykre są może dla fanatycznych zwolenników walk siłackich. Łatwo to pojąć, zapasy bowiem stanowią sport przepyszny i darzący silnemi wzruszeniami. Zadaniem atoli naszem jest propagować w zakresie rozwoju ciała szczerość i prawdę, więc chcieliśmy pozostać wierni tradycyom naszej uczciwości sportowej."

Dodajmy tutaj, że autor rzeczonych uwag bynajmniej nie jest przeciwnikiem siłactwa wogóle; owszem uważa je za sport poważny i pożyteczny; tem większej wagi nabierają słowa jego, odnoszące się do symulowanych sztucznie widowisk, że bądźcobądź te ostatnie zwiększają liczbę amatorów siłactwa.

C. P.

Georges Strehly (Paryż).

Igrzyska cyrkowe rzymian.

(Dokończenie) [2])

Stronnictwa, które się wytworzyły w Rzymie, potem zaś w Konstantynopolu na rzecz barw cyrkowych, stanowią jedną z najwybitniejszych cech społeczeństwa rzymskiego w okresie upadku oraz za Cesarstwa. Dzieliły one całą olbrzymią ludność państwa, od pysz-

---

[1]) Wielce ciekawem jest zajście znanego atlety szwajcarskiego, E. Deriaz'a, który *zmusił* swego przedsiębiorcę do zmiany pierwotnego programu i do zgodzenia się na walkę prawdziwą z tymże Madralim. Pomimo szykan ze strony *sędziów* ostatni został pokonany *dwukrotnie*, co jednak wszystko *trwało zaledwie 2 minuty*.

(Przyp. red. „Ruchu)."

[2]) Patrz w roczniku drugim str.: 84, 98, 107, 124, 193, 224 i 244.

nego cezara aż do pospolitego proletaryusza, nawet niewolników, na cztery obozy (następnie dwa tylko — *zielonych i błękitnych)* pałające względem siebie wzajemną niewygasłą nienawiścią. Przypuszczać można, że to przewrotność rządu wytworzyła takieześrodkowanie uwagi publicznej, ażeby dać ujście namiętnościom politycznym i zapewnić sobie trwałość tronu. Nawet najlepsi panujący, z Markiem Aureliuszem na czele, nie ośmielali się wystąpić przeciwko temu. Przeciwnie, niektórzy cesarze zupełnie otwarcie rzucali się w wir walki i popierali—według swego osobistego uznania—to *zielonych*, to *błękitnych*. Wobec tego nie powinno nas dziwić, ze ci nieraz nadużywali swej władzy wobec stronnictwa przeciwnego. Współzawodnictwo tych stronnictw bywało też powodem scen nader burzliwych. Nawet chrześciaństwo, obalając w zupełności bałwochwalstwo, okazywało się bezsilnem wobec namiętności do cyrku. Najbardziej wymowne opinie i oskarżenia publiczne nie miały pod tym względem najmniejszego znaczenia i bynajmniej nie zdołały obniżyć zamiłowania do wyścigów. Namiętność ta dosięgła najwyższego szczytu w Konstantynopolu, tej drugiej stolicy Cesarstwa, gdzie zachodziły poważne powikłania polityczne, w szczególności zaś religijne. Dla stronnictwa poświęcano swe mienie, narażano się na śmierć i męczeństwa, popełniano zbrodnie, poświęcano krewnych, przyjaciół, rodzinę i ojczyznę.

Nieliczne dokumenta współczesne nie pozwalają na zbadanie szczegółowe stopniowego rozwoju tego zła publicznego, którego następstwem było zupełnie zgangrenowanie wszystkich warstw społecznych, niby pod huraganem szału i katastrof żywiołowych. Już za ostatnich czasów Rzeczypospolitej Pliniusz Starszy przytacza taką anegdotę charakterystyczną: Na pogrzebie woźnicy *czerwonych* jeden z należących do tego stronnictwa rzucił się na stos, podobnie jak to czynią wdowy hindusów. Członkowie stronnictwa przeciwnego, dla zmniejszenia rozgłosu tej ofiary dobrowolnej, twierdzili, iż uczynił to był pod wpływem odurzenia zapachami, wydzielanemi podczas spalania, natomiast nie poważyli się przypisać tego pomieszaniu zmysłów.

Za panowania Augusta pomniki piśmiennicze mówią bardzo niewiele o cyrku i dopiero w pięćdziesiąt lat później, od czasów Kaliguli, stronnictwa cyrkowe są już zupełnie zorganizowane. Dyon Kasyus opowiada, że Kaligula, popierając *zielonych*, nie czynił sobie żadnego skrupułu z rozkazem otrucia koni i woźniców stronnictw przeciwnych. Neron w dzieciństwie swem wywoływał ze strony swego nauczyciela surowe upomnienia z powodu wyłącznego przejęcia się wyścigami; będąc cesarzem, mógł swobodnie oddawać się temu upodobanin, to też zjawił się nawet na arenie w liberyi *zielonych*; z racyi tego zdarzenia arena posypana była piaskiem złotym i opiłkami bronzu. Witeliusz okazywał głośno przywiązanie swe do stronnictwa *błękitnych* i z największem poniżeniem wypraszał wśród tłumu nowych stronników; z drugiej zaś strony nie wahał się z wydaniem rozkazu zamordowania widzów, co zbyt jawnie występowali przeciwko *błękitnym*: zastosowano do nich prawo o obrazie majestatu. Chociaż cesarze następni zachowywali się już obojętnie, to jednak istnienie i organizacya stronnictw rozwijały się stopniowo w dalszym ciągu w tym samym stosunku, co namiętność do widowisk

cyrkowych i amfiteatralnych; ku końcowi pierwszego stulecia namiętność ta zapanowała niepodzielnie nad wszystkiem, nie zostawiając już miejsca ani czasu na przejęcie się czem innem. *Panem et circenses!*—„chleba i igrzysk!" — taki był okrzyk, takie hasło tłumu rzymskiego. Zadowolony w tych dwóch kierunkach, tłum ten zgadzał się bez szemrania na najpotworniejsze tyranie. Satyryk Juvenal pisze, że kiedy *zieloni* nie wygrali wyścigu, przygnębienie w Rzymie było większe, aniżeli nazajutrz po nieszczęsnej porażce pod Kannami. Filozof grecki Lucyan, który odwiedzał Rzym w końcu drugiego wieku, wspomina—niby o charakterystycznym objawie zapału na rzecz wyścigów rydwanowych — o ozdabiających place publiczne posągach słynnych woźniców, o niewyczerpanych na ten temat rozmowach powszechnych, co wogóle stwierdzać się zdawało rodzaj panującej tam miejscowej *hipomanii* t. j. manii końskiej, która nie oszczędzała nawet warstw najbardziej oświeconych. Galienus, goszczący w Rzymie w tym samym mniejwięcej czasie, podaje też szczegóły typowe: zwolennicy *zielonych* i *błękitnych* dochodzili do tego, że badali powonieniem wydzieliny koni wyścigowych, ażeby się upewnić o strawności i pożywności ich strawy. W trzecim wieku roli woźnicy podejmował się już Karakala, kiedy zaś jednego razu oznaki nagany spotkały jego barwy woźnicę *(błękitni)*, rozkazał przybocznej swej straży pozabijać niezadowolonych, powodując tem zamieszanie, pastwienie i rzeź. Jeszcze w półtora wieku potem, jak o tem ze zdumieniem pisze historyk Amien Marcelin, kiedy w najcięższych chwilach Cesarstwa, doprowadzonego do najzupełniejszego zamętu, z północy i wschodu groziło niemożliwe już do odparcia najście barbarzyńców, nawet wtedy ludność Rzymu nie zajmowała się niczem innem, jak cyrkiem. W dni widowiskowe publiczność zbierała się od świtu; liczni widzowie spędzali noc w gorączkowem oczekiwaniu. Sfery najwyższe nie pozostawały tu w tyle i z największą wdzięcznością, niby zbawcę, witały każdego gońca, zwiastującego pojawienie nowej gwiazdy na arenie.

Jeszcze w 150 lat później, za panowania w Rzymie króla gotów Teodoryka, te same namiętności rządziły w cyrku. Właśnie przez dostarczanie ujarzmionym ulubionej rozrywki król ten pozyskał sobie ich życzliwość i osiągnął to, że porównywano go z Trajanem i Walen'tynianem, na których się rzeczywiście był wzorował. W r. 509 cyrk staje się polem niesnasek krwawych, spowodowanych przez napad dwóch senatorów ze stronnictwa *błękitnych* na stronnictwo *zielonych* i Teodoryk zmuszony był wziąć w obronę stronę słabszą. Zamiłowanie do wyścigów trwało tak długo, jak społeczeństwo rzymskie, a nawet je przetrwało, ostatni bowiem wyścig rydwanowy urządzony był w r. 549, kiedy stolica miała ludność bardzo już przerzedzoną przez króla gotów Totylę.

Sprobujmy teraz opisać urządzanie tych widowisk. Wiemy już, z jakiemi staraniami było połączone sprowadzanie ze stron najdalszych dobrych wyścigowców. Przewóz ich był nader długotrwały, ciężki i kosztowny, jednak przed żadnemi wydatkami nie cofali się przedsiębiorcy igrzysk, jeżeli chodziło o sprowadzenie z Hiszpanii słynnych jej *dzianetów*, chociaż, w skutek ówczesnych dróg fatalnych, ponoszono nieraz z tego powodu straty olbrzymie.

Na długo przed uroczystością, do której czyniono tak niezwykłe przygotowania, miasto wieczne napełniało się gorączką wyczekiwania. O niczem więcej nie rozprawiano, jak tylko o wyścigach, gubiąc się w domysłach co do wyniku czynionych nieraz zakładów; pod tym względem radzono się zresztą wyroczni i astrologów, którzy, jak to wiemy, utrzymywali sklepy (niby nasi bookmaker'zy) w zamkniętych galeryach cyrku. Często też uciekano się do czarów i guseł w celu zwiększenia lub zmniejszenia szybkości koni. Amien Marcelin przytacza, że w r. 364 woźnicę jednego skazano na śmierć za to, że oddał był syna swego nieletniego do czarnoksiężnika dla wyuczenia go tajemnic czarnej magii. Przewodnik jeden, niewątpliwie chrześcianin, zwraca się znów do św. Hilaryona z prośbą o protekcyę przeciwko czarownikowi, który za pomocą sił nieczystych przeszkadzał koniom jego podczas wyścigu. Inny znowu, imieniem Tomasz, przybyły do Rzymu ze Wschodu, pozyskał sławę czarownika z powodu licznych swych zwycięstw. W dodatku woźnice, których zwykła zabobonność była jeszcze wzmocnioną przez niepewność ich niebezpiecznego zawodu, używali ogromnej ilości amuletów, a przedewszystkiem medali z wizerunkiem Aleksandra Wielkiego, któremu przypisywali szczególnie ważne znaczenie ochronne. Podobnież konie zaopatrywano w dzwonki, jako środek przeciwko czarom i urokom.

Kiedy tak niecierpliwie oczekiwany dzień nadchodził, ulice roiły się od tłumów ciekawych na długo przed nastaniem świtu. Kaligula, obudzony raz w nocy hałasem i krzykami tłumów, co podążały do cyrku, kazał je rozpędzić, przy czem straciło życie dwudziestu jeźdźców, tyleż kobiet zamężnych i niezliczona ilość pospólstwa. Elagabal, lubujący się w krwawych żartach, rozkazał raz rzucić w zebrane przed wschodem słońca tłumy wielką ilość żmij jadowitych, których ukąszenia wywoływały w ciemności straszną panikę. W wynikłem ztąd zamieszaniu zginęło mnóstwo osób zaduszonych i stratowanych.

Senatorowie i jeźdźcy, a również znakomici cudzoziemcy, mieli od czasów Klaudyusza zawarowane swe miejsca (w czternastu pierwszych rzędach): pozostali widzowie w liczbie dwustu do trzystu tysięcy pospólstwa sadowili się w okropnej ciżbie, ponieważ, pomimo wielkich rozmiarów cyrku, nigdy nie było dość miejsca dla wszystkich. „Szczęśliwi — powiada Juwenal — ci, co mogą mieć dwóch silnych niewolników, z których pomocą uda się im pozyskać dobre miejsce.” Siedzenia nie były wyściełane, atoli można było wynająć lub kupić poduszki wypchane sitowiem. Ponieważ cyrk nie miał żadnej w górze osłony, gdyż z powodu wielkich swych rozmiarów był pod gołem niebem, jedyną ochroną przed słońcem były kapelusze i umbrelki, przed wiatrem zaś i deszczem jedynie płaszcze. Pomimo tych niewygód, wobec których ciężko przychodziło okupywać przyjemności hipodromu, na widowiska te uczęszczały kobiety w liczbie nie mniejszej od mężczyzn, ubierając się i strojąc zawsze z całym przepychem.

Przedstawienie zaczynano uroczystem nabożeństwem. Z Kapitolu wychodziła długa procesya z wizerunkami bóstw, kierując naprzód ku Forum, które wspaniale bywało wtedy ozdobione wieńcami i posą-

gami, potem zaś naprawo pomiędzy sklepami dzielnicy toskańskiej; przechodziła przez Velabrum i Targ wołowy, wreszcie wkraczała do cyrku przez wrota główne, okrążała arenę i dochodziła do kolumn, stojących na krańcu. Urzędnik, kierujący igrzyskami, jeżeli to był konsul lub pretor, prowadził orszak na wysokim rydwanie, w stroju tryumfalnym, w todze purpurowej ze złotemi wyłogami, w tunice bogato haftowanej, mając w ręku berło z kości słoniowej z orłem. Nad głową trzymał mu niewolnik olbrzymi wieniec ze złotych liści dębowych, wysadzany drogiemi kamieniami. Wyprzedzała go muzyka, wóz zaś otoczony był przez zastęp zwolenników i klijentów w białych togach. Procesya kroczyła przy odgłosie trąb i piszczałek. Obrazy lub posągi bóstw niesiono na tronach, albo też wieziono na bogato przyozdobionych rydwanach, zaprzężonych w konie, muły albo słonie; tuż obok nich postępowali kapłani oraz członkowie stowarzyszeń religijnych. Ceremoniał bywał najściślej określony i przestrzegany. Zalegające drogę tłumy widzów powstawały przy przejściu procesyi, witając ją oklaskami i okrzykami, każdy zresztą oddawał cześć swemu patronowi: żołnierze—Marsowi, rolnicy—Cererze, zakochani—Wenerze. W orszaku tym niesiono również obrazy cesarza i jego rodziny, co niekiedy wywoływało demonstracye polityczne.

Jak to było już podane, środek areny zajmował rodzaj muru niskiego, otoczonego zbiornikami wody i pokrytego obeliskami, kolumnami, posągami bogów i ołtarzykami. Cyrk wielki miał z każdej strony wrót głównych cztery wejścia, co czyni razem 8; za Domicyana liczba ta powiększoną została do 12. Mogło więc teraz wyjeżdżać z *Miasta* 12 rydwanów czyli po 3 z każdego stronnictwa, jednak rzadko kiedy dosięgano tej liczby: najczęściej było po jednym, niekiedy po 2 rydwany każdej barwy. Cztery rydwany wstępowały zazwyczaj przez cztery wejścia najbliższe wrót głównych ze strony prawej. Ażeby zrównać przestrzeń, którą miały przebyć ścigające się wozy, bok, zawierający wejścia nie tworzył prostej linii lecz krzywą, przez co wejście, najbliższe środka, było w rzeczywistości w tyle, każde zaś następne było coraz bliższe. Zresztą miejsca oznaczano losem. Wozy kierowały wprawo i wracały z lewej strony, ale po przebyciu areny siedmiokrotnem. Ażeby widzowie mogli być stale świadomi przebiegu wyścigu, na murze środkowym areny wznosiło się 7 delfinów, które stopniowo opuszczane były po każdym obiegu. Zwycięzcą zostawał ten, co po siedmiokrotnym obiegu areny przebył pierwszy linię, oznaczaną przy wejściu kredą.

Ilość biegów podczas jednego widowiska bywała różna. W pierwszych czasach Cesarstwa zwykłą była ilość dziesięciu do dwunastu dziennie. Kaligula atoli, podczas otwarcia świątyni na cześć Augusta, w pierwszym dniu igrzysk dał dwadzieścia biegów, w drugim zaś dwadzieścia cztery. Tym sposobem cały dzień został wypełniony, następnie zaś liczba ta stała się już zasadą. Rzadko bardzo bywała przekraczaną i to w nadzwyczajnych wypadkach, ale wtedy trzeba było dla braku czasu skracać trwanie poszczególnych biegów.

Rydwany zaprzęgano zazwyczaj w dwa, rzadziej już w trzy konie. Niektórzy atoli woźnice prowadzili rydwan w 6, 7, 8 albo i 10 koni, sprzężonych bądź rzędem bądź w szydło. Neron, uczestnicząc

w wyścigach, właśnie jechał na rydwanie w 10 koni i został zwycięzcą, chociaż wóz jego zbaczał podczas jazdy. Przy zaprzęgu czwórką z lewej strony zaprzęgano najlepszego konia, oba środkowe nosiły jarzmo czyli poprzeczny drąg sterowy, który jednak niekiedy niesiony był przez wszystkie trzy konie, licząc z prawym zewnętrznym. Ogony koni zewnętrznych były splatane albo też obcinane, ażeby nie mogły się zaplątać w koła wozów współzawodniczących. Woźnica stał na wozie, ubrany w krótką tunikę bez rękawów, mocno w górze ściągniętą, mając na głowie czapkę w kształcie kasku, okrywającego czaszkę i policzki i mogącego w razie upadku osłabić siłę uderzenia; w ręku miał bicz, za pasem zaś szerokim puginał, ażeby módz, w razie wywrócenia wozu, poprzecinać krępujące go rzemienie. Jako szczegół niezwykły dodać należy, że za najskuteczniejsze zabezpieczenie się od wypadków częstych, na które byli wciąż narażeni woźnice, uważano dodawanie do napoju zwykłego wydzielin dzika. Neron dodawał popiół tych wydzielin do wody. Tuniki, wozy i zaprzęgi miały oczywiście barwy stronnictwa.

Przy rozpoczęciu wyścigów przewodniczący z balkonu nad głównemi wrotami dawał znak, rzucając ku arenie kawał płótna białego: wówczas zagradzający drogę sznur opadał, wozy ruszały na arenę, powietrze zapełniała ogłuszająca wrzawa. Pomimo to, że w przerwach pomiędzy wyścigami arenę obficie zlewano wodą, tumany kurzu osłaniały rydwany. Przestrzeń przebiegana wynosiła mniej więcej półósma kilometra. W dążeniu bezwzględnem do zwycięstwa używano wszelkich środków, co się stawało częstą przyczyną wypadków. Ten, co wyprzedził, zbaczał niekiedy, ażeby drogę innym zagrodzić; inni, będący w środku pomiędzy współzawodniczącymi, umyślnie zakreślali łuk w prawo, ażeby opóźnić ich skręcenie, potem zaś szybko skręcali na prawo; najczęstszym atoli manewrem było oszczędzanie koni na początku i dopiero popędzanie ich bezwzględne podczas ostatniego obiegu. Najtrudniejszym momentem wyścigu było skręcanie, stanowiąc nawet niemałe niebezpieczeństwo. Wówczas wozy często się wywracały, rozbijały na kawałki; woźnice bywali ściągani, tratowani, miażdżeni; biegnące za niemi wozy, nie będąc w stanie wstrzymać się w rozpędzie, wpadały na nie i również ulegały podobnemu losowi: wkrótce miejsce całe pokrywało się szczątkami rozbitych wozów, pokaleczonych i pozabijanych woźniców i koni...

* * *

Igrzyska gladyatorów przeżyły się. Okrutne te widowiska, na których rozrywkę tłumów stanowiły cierpienia tysięcy nieszczęsnych skazańców, znikły razem z pogaństwem. Moraliści tacy, jak Seneka, Epiktet, zawsze je potępiali; tryumf chrześciaństwa zadał im cios ostatni, barbarzyńcy zaś, więcej ludzcy od samych rzymian, nie myśleli o ich wznawianiu.

Atoli inne widowiska amfiteatralne i cyrkowe zachowały się przez wieki następne aż do dni naszych. Wyścigi konne, nie wzbudzając już tak silnych namiętności, cieszą się również wielką popu-

larnością we wszystkich warstwach społecznych. Nie mniej także, niż społeczeństwo starożytne, lubimy oglądać zwierzęta dzikie tresowane i ujarzmiane przez poskramiaczy, co zaś dotyczy walk człowieka ze zwierzętami, to zachowały się one z całą uroczystością tradycyjną we współczesnych *corridas de toros*, które niestety stanowią aż dotąd sport narodowy współczesnych hiszpanów.

(Z francuskiego przełożył *Rys*).

Z dziedziny teoryi gimnastyki.[1]

(Ciąg dalszy).

VIII.

Rozkaz dla każdego ustawienia z rozsypki podaje w zapowiedzi nazwę ustawienia, w haśle zaś posiada zawsze wyraz „stań“, np. *w szereg (w rząd, w koło i t. p.) — stań!*

Ważnem jest bardzo, ażeby linia ustawienia była prawidłową; szczególne znaczenie ma to w szyku każdym liniowym, który bezwarunkowo być powinien w linii prostej. Osiągamy to w sposób następujący:

1) Ponieważ w szeregu ćwiczący tak stać powinni, ażeby każdy widział tylko swego poprzednika, więc na rozkaz *kryj!* wszyscy tak się posuwają na palcach wlewo lub wprawo, ażeby innych poprzedników nie mogli z boku widzieć; po dopełnieniu tego głowy wszystkie są w linji prostej, a za niemi całe ciała; nazywamy to *kryciem* [2]).

2) Osiągnięcie linii prostej w rzędzie jest trudniejsze: w tym celu na rozkaz *wprawo* (*wlewo*) *równo* — *patrz*! ćwiczący stają w baczności i, prócz prawego (lewego) skrzydłowego, wszyscy zwracają głowę mniej więcej pod 45° wprawo (wlewo), usiłując drobnym krokiem wspiętym stanąć tak, ażeby każdy jedynie mógł dojrzeć piersi stojącego przed prawym (lewym) sąsiadem poprzednika i jednocześnie osiągnął właściwą od tegoż sąsiada odległość. Po dopełnieniu tego wszyscy na rozkaz *wprost* — *patrz*! szybko wprost głowę zwracają. Powyższe wyprostowanie rzędu nazywamy *równaniem*.

---

[1]) Przerwane w Nr. 7 r. z.—dla nawału materyału—wskazówki niniejsze wznawiamy dzisiaj na żądanie Szan. Czytelników i podawać je będziemy stale, radzi, że spotykają się z uznaniem ogólnem.

(*Przyp red. „Ruchu“*).

[2]) Podczas krycia przestrzegać należy, by ćwiczący nie pomagali sobie rękoma, podnosząc je przed sobą niby dla rozstępu albo zestępu; o tem zresztą patrz niżej.

Długość zastępu w każdem ustawieniu zależną jest naprzód od ilości stojących obok siebie lub jeden za drugim uczestników, a prócz tego w ścisłym znajduje się związku z odległością wzajemną pomiędzy ćwiczącymi.

Odległość wzajemna pomiędzy ćwiczącymi może być różna w ćwiczeniach poszczególnych, a to stosownie do potrzeb danego ruchu. Odległość najmniejszą nazywamy *zestępem*, każdą inną — *rozstępem*.

W zestępie ćwiczący szeregiem tak być powinni oddaleni jeden od drugiego, ażeby mogli swobodnie w postawie bacznej dokonać zwrotu do ustawienia rzędem. W tem ostatniem zaś ustawieniu powinni być oddaleni na szerokość dłoni, innemi słowy, ażeby można było pomiędzy nimi przesunąć rękę w miejscu największego zbliżenia.

Rozstęp może być różny, a zawsze się wymierza za pomocą rąk. W ustawieniu szeregiem znamy jeden tylko rozstęp; otrzymujemy go zaś przez cofanie się drobnym krokiem na palcach z wyciągniętemi wprzód rękoma, które palcem środkowym dotykać powinny łopatek poprzednika [1]). Do zestępu wracamy również drobnym krokiem na palcach, odległość zaś właściwą wymierzyć możemy, wyciągając wprzód w łokciu zagięte ręce, które palcem środkowym dotykają łokci poprzednika.

W ustawieniu rzędem mieć możemy kilka różnych rozstępów, a zawsze otrzymujemy je w cwale bocznym z zestępu, do którego podobnież powracamy. Przy rozstępach tych możemy za punkt stały uważać jedno ze skrzydeł albo też środek rzędu, w ostatnim zaś razie rozstęp czyni się w obie strony. Wymierzamy rozstępy te jedną albo obiema rękoma i mieć je możemy następujące:

Rozstęp wolny t. j. na odległość obu rąk w postawie krzyżowej; skrzydłowi wznoszą tylko rękę jedną; wyciągnięte ręce dwóch sąsiadów stykać się winny końcem palca środkowego.

Rozstęp średni na odległość obu ramion i jednego łokcia; skrócony w ten sposób rozstęp otrzymuje się przez wzajemny chwyt obu rąk sąsiednich, obejmujący łokcie tuż przy stawie łokciowym.

Rozstęp mały na odległość jednej ręki, końcem palców dotykającej barku sąsiada; rozstęp wlewo wymierza się ręką prawą i naodwrót.

Rozstęp ciasny wymierza się ręką w chwycie biodra własnego. Dla rozstępu wlewo posiłkujemy się ręką prawą i naodwrót [2]).

---

[1]) Stosowane powszechnie w przypadku tym chwytanie barków poprzednika i wogóle wspieranie dłoni nie wydaje się nam właściwem, gdyż 1) stanowić może mimowolne podparcie a więc wyprowadza z postawy samodzielnej, 2) daje ćwiczącym mniej karnym pobudkę do pchania lub ciągania współćwiczących, 3) nie pozwala nam na właściwe wyciągnięciu rąk wprzód zwrócenie dłoni do środka.

[2]) Po otrzymywaniu tych trzech rozstępów ręce opuszczamy na rozkaz osobny: *ręka (ręce)—w dół!* albo też bez rozkazu, jednak zawsze *szybko a cicho.* Zalecane przez niektórych gimnastyków domorosłych mocne uderzanie nie ma żadnej słuszności za sobą i jest jednym z objawów utożsamiania gimnastyki z ciężką atletyką.

W k o l e l u b w p ó ł k o l u rozstęp otrzymujemy a i wymierzamy przez dopełnianie pewnej ilości kroków:

w ustawieniu czelnem ćwiczący czynią dla rozstępu jeden lub dwa kroki wstecz, dla zestępu zaś tyleż kroków wprzód;

w ustawieniu bocznem kroki czynią się wbok: dla rozstępu — nazewnątrz, dla zestępu zaś — do środka.

W razie braku miejsca wzdłuż linii ustawienia odległość wzajemną ćwiczących zwiększyć można przez t. zw. *rozstęp wszerz*. Dla otrzymania tego ostatniego musimy zastęp uprzednio *odliczyć*. Przy odliczaniu ćwiczący kolejno wymieniają liczby odpowiednie, przyczem każdy w chwili wymawiania zwraca głowę szybkim ruchem powrotnym ku swemu następcy [1]. Po odliczeniu uczestnicy danego numeru rozchodzą się na dany rozkaz krokiem w jedną stronę szerokości zestępu, innego zaś numeru w stronę przeciwną; w razie odliczania *po trzy* rozchodzą się w przeciwne strony ci, co odliczali *raz!* i *trzy!*, oznaczeni zaś numerem *dwa* (drudzy) pozostają w miejscu; przy odliczaniu *po cztery* pierwsi idą trzema krokami, drudzy zaś jednym krokiem wlewo, podczas, gdy czwarci i trzeci w ten sam sposób wprawo i t. p. [2]). W ustawieniu czelnem rozstęp dopełnia się przez kroki wprzód i wstecz, w bocznem zaś przez kroki wlewo i wprawo.

Z r o z s t ę p u w s z e r z powracamy do pierwotnego zestępu przez dopełnienie odpowiednich kroków w kierunku przeciwnym.

Rozstęp wszerz jest jednym ze sposobów wyzyskania szerokości sali w ustawianiu liniowem zastępu. Inny sposób pozwala na ustawienie w sposób podobny zastępu podwójnego i t. d., który w takim razie składa się z 2 lub więcej rzędów i szeregów i wedle tego nosi miano *dwurzędu* (trójrzędu i t. d.), albo też *dwuszeregu* (trójszeregu i t. d.).

Powyższe ustawienie zastępu podwójnego, potrójnego i t. d. otrzymywać możemy bądź na dany rozkaz z rozsypki, bądź też przez wykonanie kroków odpowiednich z rozstępu wszerz. Z ustawienia takiego przejść też możemy do pierwotnego rozstępu wszerz.

Podobnie jak w zastępie pojedyńczym (rząd, szereg), i w zastępie podwójnym czy potrójnym otrzymać również możemy rozstęp wszerz, atoli szeregi czy rzędy należy uprzednio rozstawić. Nazywamy to *rozstawieniem*, ponowne zaś szeregów zbliżenie—*zestawieniem*. Przed rozstępowaniem wszerz dwuszeregu czy trójszeregu odliczają tylko uczestnicy szeregu pierwszego i według tego kierują się również uczestnicy szeregów pozostałych. (C. d. n.)

Wład. R. Kozłowski.

---

[1]) Odliczanie dopełnia się na rozkaz: *po 2* (*3, 4 i t. d.*) *od-licz!* Cwiczący wymienia l i c z b y g ł ó w n e, n i e z a ś p o r z ą d k o w e, ponieważ są krótsze a i ściśle odpowiadają wydanemu rozkazowi. Stosowane tu i owdzie odliczanie liczbami porządkowemi nie da się niczem usprawiedliwić.

[2]) W rozkazach odnośnych słychać niekiedy niewłaściwie wyrazy: *jedynki*, *dwójki*, *trójki* i t. d. Jedynką jest przecież *każdy* uczestnik, dwójką zaś jest *para czyli dwóch uczestników* i t. d. W danym razie odliczonych traktować należy jedynie jako *pierwszych*, *drugich*, *trzecich* i t. d. i przeciwko temu nic mieć niemożna, chociaż podczas odliczania zalecanem było używanie wyrazów: *raz*, *dwa i t. d.*

BOKSOWANIE.

Boksowanie jest rodzajem walki na pięści, uprawianej zdawiendawna przez anglików. Obecnie stanowi ono część nieodłączną ich wychowania fizycznego we wszystkich warstwach społecznych. We Francyi sport ten przyjął postać inną, jest jednak właściwie boksowaniem angielskiem, uzupełnionem przez uderzenia nogą, zapożyczone z dawnego *savate*.

Według opinii swych zwolenników boksowanie stanowić ma „ćwiczenia nader zdrowotne, oddziaływając na płuca oraz rozwijając żywość, wytrzymałość, śmiałość i odwagę.“ Zarówno w angielskiej jak i w francuskiej swej postaci, boksowanie sprzyjać ma harmonijnemu rozwojowi ciała, lecz tego nie osiąga, gdyż ruchy jego są nieprzewidziane i od wypadku zależne, a wreszcie obliczone na to, ażeby razom i odbiciom nadać jak największą skuteczność.

Dzieje boksowania i bokserstwa sięgają czasów nader odległych. Już grecy znali dwa systemy walki na pięści: podług jednego walczono z głową i pięściami gołemi, według zaś drugiego—pięści okrywano rękawicami opatrzonemi niekiedy w ołów, głowę zaś nakrywano kaskiem a to dla zabezpieczenia uszu i skroni.

W Anglii sztuka zadawania razów pięścią była znana bardzo dawno, jednak rozwinęła się w system dopiero w wieku XVIII-ym. W owym czasie wyrażała się w szeregu walk najczęściej krwawych, roznamiętniających tłumy, lecz kończących sie bardzo poważnie i niebezpiecznie. Uczestnicy wybijali sobie zęby, rozbijali nosy, zniekształcali się do niepoznania, ociekając krwią — zwaną technicznie c l a r e t.

Od połowy zeszłego stulecia walki na gołe pięści są surowo wzbronione, jednak podziśdzień zdarzają się, oczywiście w tajemnicy głębokiej. Prawo ogranicza nawet boksowanie z rękawicami i policya ma prawo wkraczać, o ile dostrzeże niebezpieczeństwo tej walki. Zarządzający utarczkami przedsiębiorą liczne środki zapobiegawcze i określają kilkanaście kolejnych sposobów walki, nadając jej przez to cechy czysto sportowe. W rzeczywistości rzadko kiedy przekracza się sposób dziesiąty, ponieważ zapasy kończą się zazwyczaj wcześniej.

Co do rękawic zauważyć warto, że są mało wypchane, co ułatwia skuteczność razów, ale z drugiej strony zabezpiecza mniej ręce.

Przeciwnicy potykają się na tak zwanym *ring'u*, tj. na niewielkiej powierzchni czworobocznej, ogrodzonej sznurami i mającej wymiar 4 do 8 m^2.

Uczestnicy są dzieleni według wagi na pewne kategorye:

do	kategoryi	*„bantama"*	należą	ważący	najwyżej	52,6 kgr.
„	„	*piór*	„	„	„	57,5 „
„	„	*lekkich*	„	„	„	63,5 „
„	„	*średnich*	„	„	„	71,8 „
„	„	*ciężkich*	„	„	więcej.	

Wynik każdych zawodów określany jest przez *rozjemcę* (referee, arbitre), albo też przez *2 lub więcej sędziów i rozjemcę*. T. zw. timekeeper ściśle według czasomierza określa długość walki i odpoczynku.

W zawodach pomiędzy amatorami używa się tylko trzech sposobów, zwanych *rounds*. Trwać one mogą od 2 do 4 minut z przerwą atoli minutową pomiędzy niemi.

Taki round rozpoczyna się od rozkazu: *time!* (czas!) Każdemu przeciwnikowi towarzyszą dwaj *pomocnicy*, obowiązani śledzić walkę, mieć nad nim pieczę podczas przerwy, obcierać go, twarz mu obmywać, podawać płyn do ust płukania lub napój, ułatwiają dopływ powietrza przez powiewanie serwetą przed bokserem, który wtedy usta zupełnie otwiera.

Zwycięża ten przeciwnik, co wykaże „styl“ oraz osiągnie większą liczbę punktów w napaści i odpieraniu.

Razy powinny być zadawane knykciami pięści, bliżej nasady palców i kierowane ku głowie lub powyżej pasa. Rozjemca może, według swego uznania—usunąć boksera, uderzającego końcem palców, rozwartą dłonią, jedną stroną ręki, łokciem lub ramieniem, albo też zadającego razy z pominięciem regulaminu. Szczególnie w utarczkach bez ograniczenia czasu o zwycięstwie decyduje nie tyle ilość razów, lecz zdolność ich odpierania i szybkość.

Jeżeli jeden z walczących upadnie, powinien się podnieść bez pomocy, czego pilnuje 10-u pomocników. Przeciwnik powinien na ten czas usunąć się na bok, stając do walki wznowionej z chwilą, kiedy tamten stanął na nogi. Jeżeli walczący nie zdąży po upadku podnieść się przed upływem 10 sekund, ulega wtedy t. zw. *knock-out*, rozjemca zaś daje punkt przeciwnikowi, który jednak niema prawa uderzać leżącego.

Knock-out jest więc razem, który usuwa walczącego z walki. Najskuteczniejszemi są t. zw. *swings*, t. j. razy w tętnicę główną, bo zazwyczaj z nóg zbijają chwiejnego przeciwnika.

Pomocnik ani nikt nie może znajdować się na *ring'u* podczas utarczek (rounds).

W Stanach Zjednoczonych istnieją te same ograniczenia i te same zasady w boksowaniu, o ile walczący nie oświadczą, że zmierzać się będą aż do zupełnego zwalczenia.

Naród angielski chętnie używa boksowania dla załatwiania sporów i niesnasek, podczas gdy dżentelmeni uprawiają je tylko w znaczeniu sportu.

We Francyi boksowanie angielskie było, jak to wspominaliśmy, nieznane, natomiast uprawianą była walka *savate*, polegające przeważnie na kopaniu. Obecny system francuski boksowania wytworzony został przez Karola Lacour'a, jako zestawienie systemu angielskiego z kopaniem francuskiem. Liczba zwolenników tego systemu zwiększa się stale i zawody w tym sporcie, stają się coraz częstsze,ześrodkowując się wszakże w kilku tylko punktach kraju. Od pewnego czasu wzbudziło się też zainteresowanie do boksowania w łonie towarzystw gimnastycznych, gdzie traktowane bywa raczej jako sport, nie zaś środek zapaśnictwa zawodowego.

A jednak trudno jest bardzo okazać tu umiarkowanie i nie przekroczyć granicy. poza którą boksowanie przestaje być sportem godziwym i szlachetnym: jest w bokserstwie tyle pierwiastku bezwzględności, brutalności i nawet okrucieństwa. Kto wie! może zresztą sport ten da się uszlachetnić przez zajęcie się nim gimnastyków, którzy zastosują w nim racyonalne metody ku prawdziwemu rozwijania ciała. Wprawdzie niepodobna się spodziewać, żeby boksowanie mogło wpływać na lepsze kształtowanie się ciała, usprawnienie jego narządów w znaczeniu fizyologicznem, ale bądźcobądź stać się może ważną pomocą w sprawie zainteresowania wychowaniem fizycznem, stać się pewnym systemem ruchów dodatkowych, co ma zawsze znaczenie wielkie przy wszechstronnej kulturze cielesnej.

Wśród bokserów spotkać już dzisiaj można takich, którzy niemal bezwiednie zmierzają powyższą drogą, pozbawiając produkcye swe owego okrucieństwa czy brutalności. Widok ich napełnia nas otuchą, że więc z bokserstwa dzisiejszego poważne i naukowe traktowanie osiągnie coś, co okrom przyjemności stanowić będzie przyczynek dodatni do normalnego rozwoju ciała.

L. G.

O nożnej słów parę.

Jeżeli tenis zapala wielkie tłumy w porze letniej w całej Europie, to od pierwszego przejawu niełaskawej dla tenisowców zbliżającej się jesieni nożna pociąga do siebie również zapał, nadzieje i energię tych tłumów.

A nie jest to wynik sprzyjającej pogody; wszak deszcz, błoto i mróz są jej kolejnymi towarzyszami.

Czy to gra pełna, czy przygotowawcze jej fazy, czy to w kole przyjaciół, czy w ryzykownych zapasach — wszędzie w chwilach wolnych i świątecznych zbierają się tłumy graczy zapalonych, a i grą tą zainteresowanych widzów.

Na początku wydaje się bezmyślnem i głupiem to ćwiczenie, przy którem, w biegu za piłką, przewracać się można na ziemię lub dostawać nogą w piszczel lub gdzieindziej.

Gdy się atoli gry sprobuje i rozumieć zaczyna jej zasady i potrzebę, sposoby postępowania i całą strategię gry w nożną—wówczas staje się gorącym gry tej zwolennikiem.

Wyznać trzeba, że z pośród wszystkich sportów jest to jedyny, gdzie nagroda najmniej znaczy, albo mówiąc dokładniej nic nie znaczy.

I gorliwi jej zwolennicy, zamiast się zabezpieczać i ciepło owijać, co zawsze raczej bywa środkiem zniewieścienia, wyciągają z gry tej zdrowej i pełnej mocy prawdziwą energię i dzielny wygląd.

Nożna jest sportem surowym lecz bynajmniej nie brutalnym, co przecież jest bardzo różne.

Grający w nożną nie zwraca przedewszystkiem uwagi na zły stan powietrza; przekłada on oczywiście pogodę, lecz go nie powstrzymują deszcz, ani wiatr, ani chłód.

Sąd szybki i jasny, postanowienie niezwłoczne, wola — są to przymioty, które w sobie rozwija całkiem bezwiednie.

Przy sposobności nie obawia się narazić na jakiegoś szturchańca, jeżeli zaś uczuje ból, zwraca na to najmniej uwagi.

W końcu, kiedy uda mu się wykazać jak największą sumę swej sprawności, nie ciągnie z tego korzyści dla siebie, lecz dla swej drużyny. W ten sposób, chociaż mieć może zupełną świadomość swej wartości osobistej, nie stara się wyciągnąć z niej osobistej korzyści, lecz obraca ją na korzyść ogólną.

W tem to głównie ujawnia się wyższość sportów towarzyskich nad uprawianemi w pojedynkę.

Mówiąc ściśle, nożna jest chyba sposobem najbardziej wychowawczym zarówno dla ciała jak i umysłu; główny swój wpływ dobry wyciąga z owej surowości, która rozwija i podnosi w sposób niezawodny temperament.

Z drugiej strony jednak, wobec tej surowości, jedynie osobniki zdrowe, dobrze zbudowane i dzielne mogą się oddawać nożnej z powodzeniem.

Inni, zbyt wątli, wykonywaliby ruchy niezręczne i bezcelowe. Ci powinni raczej starać się o racyonalny rozwój ciała przez metodyczne gry i ćwiczenia, ażeby w ten sposób uniknąć następstw nieodpowiedniej tresury.

Z powyższego wynika, że słusznie nożną nazywamy twardą szkołą hartującą człowieka, a to przez wymaganie jednych, wyrabianie zaś innych przymiotów.

Draz.

Z życia szkolnego.

W szkołach kolei nadwiślańskich nakazane zostało przez ministra komunikacyi zaprowadzenie od drugiej bieżącej połowy roku szkolnego gimnastyki i pracy ręcznej; ponieważ zaś dziatwa przybywa do szkół kolejowych zdaleka i długo nieraz czeka na rozpoczęcie lekcyi albo też na pociąg powrotny — zaleconem zostało przez ministra, ażeby czas ten oczekiwania spędzany był przez nią o ile możności w szkole; nadto, żeby nie pozostawała zbyt długo bez ciepłej strawy, mają być jej wydawane śniadania ciepłe.

Dla dzieci niezdolnych otwarty został niedawno zakład naukowo-wychowawczy. Doniosłość tego przedsięwzięcia jest olbrzymia, zwłaszcza jeżeli w urządzeniu i prowadzeniu zastosowanem będzie to

wszystko, co odpowiada wymaganiom nowoczesnym w zakresie wychowania i szkolnictwa. Przy zakładzie jest także duży ogród.

Szkoła 7-o klasowa handlowa w Łodzi urządzała niedawno wystawę robót ręcznych slojdowych, wykonanych przez uczniów klas niższych. Wystawa obejmuje kilkaset okazów.

Wychowanie fizyczne w sprawozdaniach szkół średnich galicyjskich za rok szkolny 1906—7 uwzględnione zostało w ogłaszanych przy nich rozprawach *raz jeden*, a mianowicie w Kołomyi: *Sporty zimowe młodzieży szkolnej*, przez H. Gąsiorowskiego. Rozpraw w 54 szkołach, przez *Muzeum* przytoczonych, było naogół 57. A przecież wychowanie fizyczne nie powinno zajmować tak małej cząstki w wychowaniu młodych pokoleń...

Ze stowarzyszeń.

Koło samborskie Tow. nauczycieli szkół wyższych miało na porządku dziennym posiedzenia swego październikowego referat dr. A. Winogrodzkiego na temat: *Projekt planu nauki hygieny w szkołach średnich*.. W wyniku zawiązanej dyskusyi powzięte zostały przez Koło uchwały następujące:

1) Koło samborskie uznaje nieodzowną konieczność wprowadzenia hygieny w kl. VII;

2) uznaje potrzebę ułożenia, wydrukowania i rozwieszenia w gmachu szkolnym tablic z „przykazaniami hygienicznemi;"

3) uznaje konieczność wydania broszurki o hygienie i bezpłatnego rozdawania jej każdemu uczniowi przy wpisie;

4) uznaje potrzebę umieszczenia odpowiednich ustępów z hygieny w wypisach szkolnych;

5) uznaje konieczną potrzebę wprowadzenia lekarzy szkolnych. Wspomniane w par. 2-gim tablice przygotowują się staraniem referenta.

Lutnia w Żytomierzu istnieje już od roku, zapoczątkowana przez p. Z. Bortnowską i pod gorliwem jej kierownictwem rozwija się żywo, licząc już blisko 40-tu członków czynnych.

Wileńskie towarzystwo opieki nad dziećmi, istniejące od lat kilku, rozwija się pomyślnie pod kierunkiem inż. Hryhorowicza, posiada już wedle potrzeb nowoczesnych urządzony gmach własny, w którym jest dość miejsca na izby szkolne, warsztatowe, rysunkowe i do gier. Celem instytucyi jest wychowanie fizyczne, moralne i umysłowe chłopców w wieku lat 10—14. Zajęcia trwają codzień od g. 9 do 4-ej a w czasie tym wydawany też bywa obiad bezpłatnie. Dziatwa

otrzymuje tu naukę katechizmu, arytmetyki, kaligrafii, rysunków oraz początki rzemiosł. Towarzystwo urządza też wycieczki, jasełka i t. p., a w lecie zabawy w ogrodach miejskich, pewną zaś liczbę dziatwy wysyła na wieś. W r. z. uczęszczało na naukę 119 chłopców, na zabawy zapisało się 732, na kolonie zaś letnie wysłano 328. Tylko za naukę przyjmuje się opłata 1 rb. miesięcznie.

Warszawskie towarz. łyżwiarskie urządzało niedawno międzynarodowy konkurs łyżwiarski, do którego stanęli jako uczestnicy—prócz nielicznej garstki warszawian — łyżwiarze ze Lwowa, Petersburga, Wiednia. Pierwszą nagrodę i tytuł mistrza na rok 1908 osiągnął p. Hertz z Wiednia; nagrodę drugą przyznano petersburżaninowi p. Paninowi, trzecią zaś — p. Przydzymierskiemu ze Lwowa.

Stowarzyszenia gimnastyczne niemieckie, istniejące w liczbie pięciu w Łodzi, otrzymały już, jak to wspominaliśmy, pozwolenie ponownej działalności, ale pod następującemi warunkami:

1) Członkami ich mogą być tylko niemcy.

2) Członkowie ci nie mogą należeć do żadnego stronnictwa politycznego.

3) W razie skazania członka administracyjnie, powinien być bezzwłocznie z towarzystwa wykluczony.

Sokół w Paryżu obchodził w d. 1-ym lutego czwartą rocznicę swego istnienia przy dużym udziele rodaków miejscowych, a i gości czeskich. Naczelnikiem jest p. Dereziński.

Kijowski klub cyklistów, po ujawnieniu zajmowania się wyłącznie hazardem karcianym, został przez władze odnośne zamknięty.

Lutnia warszawska, tyle zasłużone i słusznie tak popularne stowarzyszenie śpiewacze, ma podobno zmienić swą ustawę w kierunku dodania paragrafu o wprowadzeniu gry w karty. Tak zwiastuje jedno z poważnych pism tygodniowych, jednak pozwalamy sobie uważać to wprost za nieporozumienie...

Towarzystwo kolonii letnich żydowskich powstaje, po uzyskaniu zatwierdzenia przez władze, w Wilnie, mając na celu przychodzenie z pomocą niezamożnej dziatwie żydowskiej.

Towarzystwo przyjaciół Ciechocinka urządza tego lata wystawę zdrojową, składającą się z siedmiu grup, z których grupa siódma obejmie *Sport i rozrywki kąpielowe.* Otwarcie wystawy nastąpi 24-go maja.

Towarzystwo kolarskie w Płocku, likwidując się, chciało, jak wiemy, ogród przekazać miejscowemu Tow. wioślarskiemu. Gdy odnośne narady nie doprowadziły do żadnego skutku, kolarze postawili wniosek, by ogród ich oddać Warsz. towarzystwu hygienicznemu, które odrazu przystępuje do zorganizowania zabaw dla dziatwy płockiej.

Koło sądeckie Tow. naucz. szkół wyższych na posiedzeniu październikowem miało referat prof. Nikiela na temat: *Kilka myśli w kwestyi, o ile piękność ciała świadczy o piękności duszy?* Referent twierdzi, że, wobec panowania dzisiaj sztucznych środków upiększających, twierdzenia starożytnych: „W pięknem ciele piękna dusza" nie daje się już zastosować... Wygląda to tak, jak gdyby ktoś uznawał, że malarstwo nie ma dziś racyi bytu wobec możności otrzymywania poprawnych... oleodruków...

Koło wiedeńskie Tow. szkoły lud. im. króla Sobieskiego, utrzymujące już dwie szkoły polskie, w jednej z nich utworzyło oddziały: dramatyczny i *gimnastyki szwedzkiej*.

Akademicki związek sportowy we Lwowie powstał w r. z. przez połączenie różnych towarzystw gimnastycznych, sportowych i rozrywkowych. Po roku istnienia posiada związek kilkuset członków w 9-ciu oddziałach, wśród których obok czysto *ruchowych*, znajdują się też takie, jak *o. szachistów, o. fotografów* i *o. dramatyczny*. Najwięcej życia wykazał *oddział turystów*, t. zw. *klub turystów*, o którym parokrotnie wzmiankowaliśmy w *Ruchu*. Klub rzeczony urządził w r. sprawozdawczym *57 wycieczek* jednodniowych a 11 kilkodniowych. *Oddział kolarzy* także urządzał wycieczki do różnych miejscowości kraju i na Węgry, zaniedbując zupełnie wyścigi. Oddział fechtunkowy uprawiał tę sztukę kilka razy na tydzień. Inne oddziały były: *atletyczno-zapaśniczy, o. gimnastyczny* i *o. sportów zimowych*.

Polskie towarzystwo krajoznawcze, jedna z najruchliwszych naszych instytucyi, dobiegło niedawno roku swego istnienia. Przez czas ten zdobyć zdołało 328 członków i liczy 100 członków korespondentów na prowincyi. Dochody uczyniły 1643 rb., wydatki 1374 rb. Budżnt bieżący przyjęto w wysokości wpływów 2346 rb. Towarzystwo urządzało w lecie trzy większe wycieczki zbiorowe z udziałem ogółem 650 osób. W celu pociągnięcia do wycieczek młodzieży utworzoną została *sekcya popularyzowania krajoznawstwa wśród młodzieży* Prócz tego wydano broszurkę „*Poznaj swój kraj*" i pocztówki krajoznawcze. Po Macierzy szkolnej objęło T-wo jej Muzeum szkolne wraz z księgozbiorem. Zarząd obecnie składa się z 12-tu osób, któremi są: Z. Glogier, Al. Janowski, K. Kulwieć, K. Hofman, M. Heilpern, M. Wisznicki, A. Ojrzyński, Z. Rudzki, H. Poniatowska, R. Nowakowski, Zofia Śliwowska i L. Ostaszewska, a nadto komisyę rewizyjną stanowią: K. Olchowicz, St. Magnus, P. Sosnowski i J. Włoskiewicz.

Z żałobnej karty.

Dr. Józef Żuliński był jednym z zasłużonych pedagogów w Galicyi. Ur. w Krakowie w 1841 r., kształcił się w Warszawie, Kijowie, Pradze i Krakowie. Od r. 1871 osiadł we Lwowie, wykładając

nauki przyrodnicze w Seminaryum żeńskiem. Przyczyniał się do powstania wielu instytucyi, ze zdrowotnością i rozwojem fizycznym związek mających, jak: Kolonie wakacyjne dla młodzieży w Rymanowie, Tow. opieki nad młodzieżą szkolną, Korpusy wakacyjne i i.

Aleksandra Korycińska od r. 1885 prowadziła przez lat szereg *Szkołę rzemiosł dla kobiet*, która zdobyła sobie uznanie na wystawach krajowych i zagranicznych. W szkole rzeczonej prowadzony też był *oddział gimnastyczny*, ale, traktowany snadź bez głębszego w rzecz wniknięcia, wpływu większego po sobie nie pozostawił. W każdym razie był to pierwszy u nas krok w tym kierunku i jako taki na podkreślenie zasługuje.

PRZEGLĄD CZASOPISM.

Szkoła polska, wychodząca w Warszawie jako organ Stowarzyszenia nauczycielstwa polskiego, została rozkazem jenerałgubernatorskim zawieszona na czas trwania stanu wojennego.

Szkoła, organ Polskiego tow. pedagogicznego we Lwowie, zawiera w nr. 2 tegorocznym m. i. sprawozdanie z *Konferencyi krajowej*, w którem omawiana jest stała Wystawa szkolna przy Szkole wydziałowej św. Antoniego we Lwowie.

Przewodnik oświatowy (Kraków). Zeszyt grudniowy m. i. przynosi: *Szkolnictwo średnie na Śląsku cieszyńskim* przez Bartosza i *Szkolnictwo ludowe w Rzeczypospolitej krakowskiej* przez M. Bandrowską.

Przyszłość—organ stow. abstynentów tejże nazwy — wychodzić teraz będzie pod kierunkiem p. W. Szukiewicza. Nr. 1-szy tegoroczny zawiera ciekawe artykuły i przyczynki do sprawy alkoholizmu.

Rodzina i szkoła (Lwów). Ruchliwe to czasopismo poświęca cały zeszyt styczniowy w pewnej części sprawie wychowania fizycznego. Spotykamy więc tutaj artykuły następujące: Odczyt insp. Juliana Dobrzańskiego: *Wychowanie fizyczne i hygiena szkół* (sprawozdanie z kongresu londyńskiego), sprawozdanie z przełożonej przez p. Dunin Sulgustowską pracy szwedki A. Hjerta-Retzius p. t. *Pracownie dla dzieci*. Przyznajemy, że ze zdumieniem spotkaliśmy też art. *Systemy slojdu,* dosłownie przedrukowany z „*Ruchu*“ naszego, z czem nietylko się nie udawano do autora, ale nawet nie zaznaczano... że to przedruk... Chyba to tylko... przeoczenie?...

Prawda w nr. 2-gim drukuje nie pozbawiony dla czytelników naszych wartości artykuł, podznaczony Dr. Dr., p. t. „*O nerwowych.*“

Gazeta kujawska. W nr. 12 Druh pomieścił art. p. t. „*Ruch*,“ w ktorym streszcza drukowany niedawno w piśmie naszem referat p. Prawdzic-Kuczalskiej.

Gazeta codzienna. Nr. 37 zawiera korespondencyę w Łodzi o *Towarzystwie opieki nad dziećmi* a mianowicie sprawozdanie z działalności jego za rok ubiegły.

Społeczeństwo. Dr. W. Szczawińska w nr. 5-ym ukończyła druk cennej pracy swej p. t. *Instytucye społeczne dla ochrony niemowląt we Francyi*.

Zgoda (Chicago), wydanie dla kobiet. Nr. 2-gi przynosi art. *Hygiena snu*. Nr. 1-szy zawiera korespondencye o stanie sprawy sokolskiej w Stanach Zjednoczonych. Druh Piotr Siemianko pisze: *Ze strażnicy w Nowym Jorku*.

Przewodnik gimnastyczny Sokół (Lwów). Zeszyty na styczeń i luty: *Uwaga do reformy metody gimnastycznej*. Dr. Ks. F. w artykułach: *Zadania towarzystw sokolich wobec młodzieży* i „*Sokoły, Sokoły—a jacy?*“ piętnuje zwiększającą się wśród druhów obojętność do ćwiczeń gimnastycznych. Artykuły zawierają wiele trafnych uwag, ale, zdaniem naszem, źle skierowanych: druhowie mają słuszność, pragnąc odświeżenia skostniałej rutyny ćwiczebnej Sokolstwa, tylko że nie umieją wskazać drogi; jest to obowiązkiem tych, co instytucyą kierują. W zeszytach tych spotykamy dalej: *O zaprowadzeniu ćwiczeń narciarskich w towarzystwach sokolich* (przez H. G.), *Z ruchu narciarskiego* (Tad. Wilusz); nadto obfitą w treść *Kronikę*.

Przegląd hygieniczny (Lwów) w nr. 2-gim zawiera m. i. dokończenie: *Sprawozdania o stanie zdrowotnym w c. k. I szkole realnej we Lwowie w r. szk. 1906—7* (dr. Karol Hornung).

Muzeum (Lwów). Ostatni zeszyt r. z. przynosi m. i. w dziale Ocen i sprawozdań: Przegląd literatury hygienicznej przez dr. E. Piaseckiego (Księga zdrowia w przekładzie dr. Hojnackiego, 3 książki dr. Wernica, Mundurki uczniów szkół średnich dr. Niemca, Kilka uwag lekarza dr. H. Jordana, Guide pratique des repètes anatomiques dr. L. Bruant'a, IX Sprawozdanie c. k. Rady szkolnej okręgowej miejskiej o stanie szkół ludowych król. stoł. m. Lwowa za lata szk. 1904—5 i 1905—6). W dziale Kroniki szkolnej i pedagogicznej m. i.: Kurs rysunków w Krakowie, Wychowanie estetyczne, Korzyść z lekarzy szkolnych, Nauka zdrowotności w szkołach średnich, Kolonie wakacyjne dla zdrowych dzieci, tudzież z powołaniem się na *Ruch*: Nauka rysunków w Królestwie, Nauka zręczności w szkołach średnich Królestwa, Wycieczki szkolne, Wystawy.

Zdrowie (Warszawa). Pierwszy zeszyt tegoroczny zawiera następujące prace oryginalne: *Stan ogrodów im. W. E. Rau po pięciu latach istnienia* (dr. Stefan Rottermund) i *Zasady prowadzenia zabaw i innych zabiegów w Ogrodach im. W. E. Raua* (Wł. R. Kozłowski). Są to odczyty wygłoszone w d. 13-ym grudnia r. z. na posiedzeniu Warsz. tow. hygienicznego. Prócz tego zeszyt rzeczony zawiera

m. i. w Dziale sprawozdawczym: Hygienę okryć zimowych, Z wystawy hygienicznej w Berlinie (dr. T. Jaroszyński).

Dodatek do czasopisma: Przewodnik gimnastyczny Sokół przynosi w Nr. 1 i 2-gim m. i następujące artykuły: *Znaczenie ruchu dla zdrowia* (Korn.), *W sprawie gimnastyki w izbie szkolnej*, *Zapomniane ćwiczenia*, *Ćwiczenia w sztucznem ślizganiu*, *Sokół w król. Serbskiem* i *Międzynarodowe igrzyska olimpijskie*, tudzież nekrologię i kronikę.

Głos nauczycielstwa ludowego, organ związku nauczycielstwa ludowego, poświęcony sprawom zawodowym (Kraków). Nr. 1 zawiera m. i.: *Kongres szkolny dla spraw szkolnictwa ludowego*, *W sprawie naszych budynków szkolnych*.

Kronika dentystyczna (Warszawa) w nr. 2-gim przynosi cenną pracę Stan. Bliklego w sprawie hygieny zawodowej p. t. *Jak powinien pracować dentysta, aby zachować swe zdrowie?* Wśród rad wielu, wspomina też autor o gimnastyce szwedzkiej, którą zaleca stosować codzień przed udaniem się na spoczynek. To zapewne odnosi się do kołatających się u nas jeszcze owych ruchów w rozumieniu niemieckiem. Nie odmawiamy im bezwzględnie wartości w pewnych warunkach, ale wyznać musimy, że np. dwurazowa gimnastyka na tydzień w zastępie byłaby chyba pożyteczniejszą. Autor zaleca też sypianie *na jednej poduszce, ażeby ciało nasze w nocy miało poziome położenie*. Oczywiście lepiej z tego względu mieć jedną niż więcej poduszek, ale i wtedy nic nie unikamy opierania się na krzyżach; prawdziwie poziome położenie, odpowiadające *postawie* bacznej, mieć będziemy jedynie, *sypiając zupełnie bez poduszki*, co bywa już zalecanem przez wiele powag zagranicznych.

ZEWSZĄD.

W sprawie oddychania. Oddychanie jest najważniejszą czynnością życiową: można dni kilka obejść się bez jedzenia, picia i snu, ale niepodobna jest nawet kilku minut wytrzymać bez oddechu.

Wszyscy oddychają, ale rzadko kto umie oddychać.

Płuca są narządami gąbczastemi, utworzonemi z mnóstwa maleńkich pęcherzyków, które *przy każdym wdechu*, wygładzają się i nadymają powietrzem, którego zadaniem jest oczyszczanie krwi tętniczej.

Podczas oddychania zwykłego płuca wypełniają się zaledwie w jednej trzeciej ogólnej swej pojemności. Pozostałe dwie trzecie czynne są jedynie w razie potrzeby, w wypadku zadyszania po gwałtownym ruchu, i stanową pewnego rodzaju rezerwę.

U ćwiczących owe dwie trzecie bywają częściej powołane do czynności, a to w skutek uprawianych przez nich ćwiczeń cielesnych i to z jak najlepszym wynikiem.

U tych, co się nie oddają ćwiczeniom i sportom, płuca działają zazwyczaj stale bardzo słabo i owe dwie trzecie rezerwy zmniejszają się, zanikają, z wielkim uszczerbkiem dla pojemności płuc. Ostatnie ulegają zadyszaniu przy najmniejszym wysiłku; te części płuc, do których się nigdy tlen nie dostaje, stają się siedliskiem zarazków, szczególnie zaś sprzyjający dla siebie teren znajdzie gruźlica.

Starajmy się więc o oddech głęboki przynajmniej parę razy dziennie! W braku czasu na oddawanie się sportom i gimnastyce racyonalnej, starajmy się codzień na powietrzu otwartem lub przy otwartem oknie dopełnić parę głębokich wdechów, ażeby zaopatrzyć wtedy płuca nasze w jak największą ilość powietrza.

W ten sposób nie dopuścimy do tego, że narządy nasze oddechowe stracić mogą swą świeżość i sprawność.

Walka o system gimnastyczny trwa dzisiaj wszędzie prawie wobec coraz większego stosowania zasad Linga. W Belgii ruch w tym kierunku rozpoczął się dość dawno. Niedawno na zebraniu 28-em ciała lekarskiego belgijskiego, urządzonem w Brukseli przez Société royale de médicine publique de Belgique, omawiany był w sprawie tej referat d-ra Lemarimel'a, który w końcu doszedł w nim do wniosków następujących:

1) Należy przejrzeć i poprawić programy gimnastyki, stosowane dziś w szkołach.

2) Gimnastyka Linga, znana powszechnie pod mianem gimnastyki szwedzkiej jest jedyną, co odpowiada warunkom, wymaganym od gimnastyki racyonalnej i naukowej.

3) Należy dopomagać do zakładania szkół wyższych wychowania fizycznego. Zadaniem ich ma być przygotowanie nauczycieli do wypełnienia odpowiedniego podniosłej ich roli w wychowaniu fizycznem. Nauczyciele wychowania fizycznego powinni korzystać ze wszelkich przywilejów, jakie posiadają ich współtowarzysze, wykładający przedmioty inne.

4) Zarządy gminne powinny czynić ułatwienia tym nauczycielom, którzy zechcą przechodzić kurs wychowania fizycznego.

5) Dla dzieci, nierozwiniętych fizycznie, należy stosować gimnastykę osobną.

Wnioski te, po długiej i ożywionej dyskusyi zostały przez członków zebrania przyjęte i jest wszelka nadzieja, że w czyn będą wprowadzone. Przeciwnicy gimnastyki szwedzkiej, w poczuciu wyższości „systemu belgijskiego“ pocieszają się nadzieją, że powrócą do niego w przyszłości dzisiejsi wyznawcy Linga, którzy tymczasem „niechaj stosują jaką chcą metodę, byleby uprawiali gimnastykę“...

Ujednostajnienie ćwiczeń gimnastycznych omawiane było bardzo żywo na posiedzeniu ostatniem Biura międzynarodowego związków gimnastycznych europejskich, podczas ostatniego zlotu w Pradze.

Jeden z gorących rzeczników tego projektu, sekretarz biura, luksemburczyk Aloys Kayser, tak się w sprawie tej wypowiada:

„Przez ujednostajnienie rozumiem, że powinny być ćwiczenia jednakowe dla wszystkich związków, zapisanych w Biurze międzynarodowem.

„Wydaje się to przesadnie radykalnem, a jednak jest tylko naturalnem następstwem porozumienia międzynarodowego, jeden z najpewniejszych środków wzmocnienia tego, co zostało dokonanem przez dziesięć lat istnienia łączności braterskiej.

"Zgodzić się trzeba z tem, że ćwiczenia zasadniczo wymagają największego przygotowywania się do zawodów. Ćwiczenia zbiorowe bywają nader złożone, wymagając wielkiego wysiłku pamięci, co oczywiście wielce przeszkadza dobremu ich wykonaniu. Z uznaniem należy podnieść dążenie powszechne dzisiaj do otrzymania ćwiczeń prostych, zręcznych i mocnych zarazem.

„Zgodziwszy się na pewne pierwiastki ćwiczebne zasadnicze można będzie we wszystkich związkach mieć rękojmię trzech powyższych warunków, ponieważ Biuro międzynarodowe będzie w stanie uczynić wybór najtrafniejszy oraz stale go uzupełniać na podstawie doświadczenia i obserwacyi.

„Wyniki szczególnie dodatnie okażą się podczas występów czy zmierzeń gimnastyków obcych, którzy będą lepiej rozumiani przez publiczność, wykonywując ćwiczenia, oparte na znanych jej tematach. Wpłynąć to musi na zainteresowanie większe sprawą gimnastyki.

„Zwiększyć to zamiłowanie, przyciągnąć masy — oto nasze cele w zakresie kształcenia ciała, cele nader jeszcze do osiągnięcia dalekie.

„W końcu pamiętać się godzi, że ułatwiając stosunki międzynarodowe gimnastyków, pracujemy zarazem na rzecz idei braterstwa ludów, które winno połączyć rodzaj ludzki w dążeniu do prawdy i sprawiedliwości."

Nie przesądzając tej sprawy, zwrócić wszakże uwagę należy na to, że ćwiczenia muszą w znacznej mierze odpowiadać właściwościom pewnym charakteru i usposobienia narodowego, że więc z tego powodu jedynie o ujednostajnieniu ćwiczeń popisowych mówić można i w tym chyba jedynie zakresie usiłowania Biura na powodzenia liczyć mogą.

Wzrost uczniów szkół średnich obserwowano w 300-tu gimnazyach austryackich i znaleziono największy w klasach wyższych od 1-ej do 3-ej włącznie, następnie bowiem wzrost dopełnia się powolniej. Zauważono też inne ciekawe zjawisko w tej mierze: oto w klasach gimnazyum niższego, t. j. 1 — 4 włącznie, przyrost największy zachodzi podczas lata, co przypisać należy tej okoliczności, że wtedy dużą ilość czasu młodzież poświęca na ruch mniej więcej normalny. Różnica ta waha się pomiędzy 6,4 mm. podczas wakacyi, a 3 mm. podczas roku szkolnego. W gimnazyum wyższem różnica pomiędzy latem a zimą znika, co daje się objaśnić brakiem u młodzieży starszej czasu na ruch normalny, a więcej może przedwczesnem „poważnieniem" a więc *unikaniem tego ruchu,* zwłaszcza, że zauważono też większą liczbę chorujących podczas lata wśród uczniów gimnazyum wyższego, aniżeli niższego.

(Beseda Uczitelska).

Zawody w bilardzie zamierzone są pomiędzy amerykanami a francuzami i w sprawie tej już od kilku miesięcy trwają układy pomiędzy nowojorskim National Association of Amateur Billiard Players, a paryską Fédération des Sociétés françaises d'Amateurs de Billard. Zapasy rozpoczną się zapewne w marcu r. b. w Nowym Jorku pomiędzy członkami obu związków narodowych starego i nowego świata. Warunki główne opracowane zostały przez amerykan, francuzi drożą się głównie z powodu miejsca, chcieli bowiem mieć zawody w Paryżu, ale bez kwestyi tym razem ustąpią.

Zawody w nożnej pomiędzy „Paryżem" a „Londynem" odbyły się podczas świąt ostatnich w Colombes pod Paryżem z udziałem drużyn przedstawicielskich obu miast wymienionych. Były to jedne z najbardziej interesujących zawodów: uczestnicy obu drużyn byli wybrani z pośród najlepszych graczy rozmaitych stowarzyszeń nożnej w obu stolicach. Walka zakończyła się zwycięstwem anglików, którzy zrobili 6 bramek przeciw 1. Sprawozdawca popisu tego pisze, że francuzi naogół grali dobrze, okazali właściwą sobie żywość ruchów, ale przed bramką przeciwnika oryentowali się słabo i mniej umieli od anglików czynić szybką zmianę kierunku zwrotów. Popisy rzeczone odbyły się, jak zwykle bez żadnego wypadku. Grano w nożną „bez podejmowania" t. j. Association Tootball, która to gra jest we Francyi mniej rozpowszechnioną od innej jej postaci, Football-Rugby, rzeczywiście niebezpiecznej i wymagającej wielkiej uprzedniej sprawności. W tej ostatniej zawody odbywają się we Francyi kilkanaście razy w sezonie.

Praca ręczna w Szwecyi prowadzona jest we wszystkich szkołach ludowych. W roku zeszłym wydano w tym celu 339000 koron na prowadzenie pracy ręcznej tj. slojdu dla chłopców, oraz 207000 koron na roboty dla dziewcząt.

Biuro związków gimnastycznych europejskich, istniejące od lat 10-ciu jako połączenie Związków gimnastycznych różnych krajów, ma obecnie skład następujący:

Pułkownik Victor Balck w Sztokholmie,
Leonida Bissolati Bergamoso w Rzymie,
Prof. dr. Franjo Buczar w Zagrzebiu,
C. Cazalet w Bordeaux,
N. J. Cupérus w Antwerpii, prezes biura,
Th. Dahlman w Kopenhadze,
Bela Daner w Budapeszcie,
Joh. Heynen w Hadze, skarbnik biura,
Aloys Kaiser w Roodt, (Luksemburg), sekretarz biura,
E. Lawrence Levy w Birminghamie,
Joh. Martens w Bergen (Norwegia),
Jenerał P. V. Nasturel w Bukareszcie,
Dr. Vlad. Ravnihar w Lublanie,
Dr. Josef Scheiner w Pradze,
Eug. Sully w Londynie.

Są to wszystko przedstawiciele poszczególnych związków, które do biura należą z prawem obesłania. Jeden przedstawiciel może być delegatem kilku związków i stowarzyszeń. Obecnie należą do Biura następujące organizacye gimnastyczne rozmaitych krajów:

1. *Anglia:* National Physical Recreation Society,
2. „ Amateur Gymnastic Association,
3. *Belgia:* Féderation belge de Gymnastique-Belgsche Turnbond,
4. *Chorwacya:* Savez Hrvtskih Sokolskih Drusztava.
5. *Czechy*: Czeska obec Sokolska,
6. *Dania*: Dansk Gymnastik Forbund,
7. *Francya:* Union des Sociétés de Gymnastique de France,
8. *Holandya*: Nederlandsch Gymnastick-Verbond,
9. *Irlandya*: Irish Amateur Gymnasic Association,
10. *Luksemburg*: Union des Sociétés luxembourgeoises de Gymnastique,
11. *Niemcy:* Deutsche Turnerschaft.
12. *Norwegia*: Norges Turn og Idraets Forbund,
13. *Rumunia*: Federatiunea Societátilor Române de Gymnasticá, Arme, Dare la Semn. di Natatione.
14. *Slawonia:* Slovenska Sokolska Zveza,
15. *Stany Zjednoczone A. P.:* North American Gymnastic Union,
16. *Szkocya*: Scottish Amateur Gymnastic Association,
17. *Szwajcarya:* Eidgenossischer Turnverein = Société féderale Suisse de Gymnastique,
18. *Szwecya*: Svenska Gymnastik och Idrottsforeningarnes Riksförbund,
19. *Walia:* Welsh Amateur Gymnastic Association,
20. *Węgry:* Magyarországi Testedzë Egyesületek Szövetsége,
21. *Włochy*: Federazione Ginnastica Italiana.

Wśród tych stowarzyszeń tylko: amerykańskie, niemieckie i szwajcarskie nie mają w biurze swych przedstawicieli, to też nie są uważane za *przyłączone*, lecz tylko za *uznane*.

Przepisy życia codziennego podaje członkom swoim jedno z Kół gimnastycznych niemieckich w postaci następującej:

1. Jadaj trzy razy dziennie; jedz wolno i żuj dobrze.
2. Pij jedynie po najedzeniu się.
3. Bądź umiarkowanym w jedzeniu i piciu.
4. Pomiędzy posiłkami powinno być przynajmniej 4-ry do 5-ciu godzin przerwy, ostatniego nie należy przyjmować później jak o godzinie 7-ej wieczór.
5. Nie pal wcale, albo nader niewiele.
6. Wykonywuj codzień po wstaniu przynajmniej 10 do 15-tu minut ćwiczenia wolne, albo z ciążkami lekkiemi (?); parominutowe ćwiczenia takie przed spoczynkiem są również do zalecenia.
7. Uczęszczaj przynajmniej 2 razy na tydzień na gimnastykę jedno lub dwugodzinną (?). W inne dni chodź przynajmniej godzinę dziennie takim krokiem, ażeby się rozgrzać na powietrzu bez względu na temperaturę.

8. Używaj przynajmniej raz na tydzień kąpieli ciepłej. O ile możności kąp się i pływaj jak najdłużej na otwartem powietrzu.

9. Obmywaj się codzień całkowicie po ćwiczeniach porannych i to wodą zimną.

10. Śpij przynajmniej 7 godzin na dobę, latem przy oknach całkiem otwartych, zimą zaś częściowo. Dbaj o to, ażeby sypialnia twa i łóżko były codzień dobrze przewietrzane.

Odznaczenie sokołów czeskich. Jako echo zeszłorocznych uroczystości praskich podają pisma gimnastyczne, że dwaj prezesi Związku sokolego czeskiego, obecny — Scheiner i dawny — Podlipny odznaczeni zostali przez rząd francuski, pierwszy bowiem mianowany *kawalerem legii honorowej*, drugi zaś *oficerem wychowania publicznego*.

Upadek kolarstwa sygnalizują pisma codzienne, polegając na tem, że firmy, dawniej wyłącznie zajmujące się dostawą rowerów z dobrym bardzo zyskiem, obecnie skarżą się na brak ruchu i mały odbyt. Dokładniej sprawe ilustruje zmniejszający się stale podatek miejski od rowerów, który w ostatnich latach wynosił:

W r. 1904 około 4000 rb.
„ 1905 „ 3000 „
„ 1906 „ 2350 „
„ 1907 „ 2000 „

Za przyczynę tego uważane są cierpienia organiczne, będące wynikiem forsownej jazdy na bicyklu.

Rzecz dziwna, że zagranicą nie zauważono zmniejszenia takiego w zamiłowaniu do kolarstwa; przeciwnie rower rozpowszechnia się coraz więcej i staje się niezbędnym środkiem, ułatwiającym nawet pracę wielu zawodowcom. Szkoda wynikać zawsze może tam, gdy się nieumiejętnie lub przesadnie rzecz traktuje. U nas ujawnia się tu tylko zwykły nas ogień słomiany do nowości; rower zresztą uważany był za zabawę i środek uprzyjemnienia wycieczek, których urządzanie uległo zapewne zmniejszeniu znacznemu z powodu grasujących wszędzie bandytów...

Ciekawy zwyczaj wprowadziło teraz Warsz. towarzystwo wioślarskie, naśladując w tem podobno czechów. Oto, ażeby podczas ćwiczeń nie odrywać uczestników w razie wejścia opóźnionego druha dla podawania mu ręki na powitanie, zawieszono przy wejściu na salę „rękę wypchaną", którą wchodzący ściska, mówiąc *„witam!"*

Było też co naśladować! Zdaje się nam, że karność w ćwiczeniu nie powinna dopuszczać do przerywania go dla pierwszego lepszego marudera, który też, w razie opóźnienia, miejsce swoje zająć powinien cicho i spokojnie, żeby nawet nie zauważono jego przybycia. Zresztą czyby nie lepiej było skasować zwyczaj podawania ręki na powitanie, jak to właśnie ma już szerokie zastosowanie w Anglii i krajach skandynawskich.

Stowarzyszenia gimnastyczne w Serbii sięgają jeszcze roku 1857, a więc mogłyby święcić pięćdziesięciolecie. Nie ma się tak jednakże w rzeczywistości, ponieważ zawiązane podówczas towarzystwo trwało bardzo krótko i sprawa ta na długie lata była zapomniana. Dopiero w r. 1882 podjęto ją ponownie i poczyniono starania w kie-

runku spopularyzowania idei ćwiczeń fizycznych, zakładając stowarzyszenie gimnastyczne, które w r. b. święcić będzie dwudziestopięciolecie swego istnienia. Stowarzyszenie, przyjąwszy nazwę *Soko*, prowadzi gimnastykę według systemu sokolego czeskiego. Jubileusz obchodzony ma być urządzeniem przez Sokoła serbskiego na Vidov dan (15 czerwca) *Zlotu sokolego wszechsłowiańskiego.*

Wystawa jubileuszowa prac nauczycielskich na polu wychowania i oświaty urządzona będzie z okazyi sześćdziesięciolecia rządów ces. Franciszka Józefa przez austryackie Muzeum szkolne (Wiedeń, Haydngasse 19). Wystawa ma objąć wszystkie wynalazki, dopełniane przez nauczycieli w dziedzinie ułatwień i pomocy naukowych, hygieny szkolnej, prowadzenia gier i ćwiczeń, pracy ręcznej i t d.

Sokolstwo czeskie w Ameryce. O wzroście Sokolstwa czeskiego w Ameryce dają pojęcie następujące dane: W samym N. Jorku jest 1000 ćwiczących sokołów i tyleż dorostu. W Stanach Zjednoczonych wychodzą dwa pisma, wyłącznie Sokolstwu poświęcone: *Sokol Americky* i *Borec.*

Książnica „Ruchu.“

11. Wacław Ciechowski: Kijów i jego pamiątki. Z planem, widokami miasta i rycinami ważniejszych budynków. Kijów, księgarnia Leona Idzikowskiego.

Jest to pierwszy dokładny opis tego pięknego miasta, i nader pożyteczny dla zwiedzających go podróżnych.

12. Prof. dr. Józef Wiczkowski: Lwów, jego rozwój i stan kulturalny oraz przewodnik po mieście. Lwów 1907. Nakład Wydziału gospodarczego X-go Zjazdu lekarzy i przyrodników polskich oraz Reprezentacyi m. Lwowa.

Przeszło 600 stron liczy dzieło, rozdawane uczestnikom Zjazdu, jako przewodnik po mieście i pamiątka wspólnego we Lwowie pobytu. Opracowane drobiazgowo i zda się nic w niem nie pominięto, coby interes dla gościa przedstawiać mogło. Znaczną część dzieła bo na str. 76 — 267 poświęcono oświacie (Rozdział VII). Na str. 75 znajdujemy art.: *Nauka praktyczna* (o pielęgnowaniu roślin w szkole ludowej); str. 75—76 *Akcya antyalkoholiczna* w szkole ludowej; str. 76—78 *Hygiena domowa*; str. 78—82 *Wychowanie fizyczne* w szkołach ludowych miejskich. Wśród wyliczanych w rozdziale IX-ym stowarzyszeń, spotykamy następujące instytucye, mające związek jakiś z rozwojem cielesnym, *Ochrona młodzieży* (str. 390), *Związek rodzicielski* (391), *Galicyjskie towarzystwo łowieckie* (426), *Towarzystwo strzeleckie* (427), *Polskie Tow. gimnastyczne Sokół-Macierz* (442), *Tow. zabaw ruchowych* (446); szczupły ten wykaz powiększono, dołączając doń: *Zakład gimnastyki, ortopedyi i masażu dr Piaseckiego* (446). W wykazie rzeczonym znaleźć wogóle można wielkie luki, ale to nie wina redakcyi, lecz mieszkańców Lwowa, którzy się jeszcze obchodzą bez wielu instytucyi, stanowiących niezbędny objaw życia codziennego w miastach podobnych gdzieindziej.

13. Józef Muklanowicz: Powstanie i stopniowy rozwój ogrodów im. W. E. Raua w Warszawie. Szkic historyczny. Warszawa 1907.

„Praca niniejsza jest pierwszą próbą przedstawienia całokształtu działalności warszawskich Ogrodów im. W. E. Raua i zarazem przyczynkiem do historyi tej pożytecznej instytucyi“—pisze autor w przedmowie. Jako członek komitetu, mając dostęp do źródeł, zebrał autor wszystkie dane wiarogodne, dotyczące osób i rzeczy i dlatego dziełko jego znaleść się musi w ręku nietylko każdego, co śledzi rozwój rzeczonej instytucyi, ale też każdego, co się zajmuje sprawą wychowania fizycznego. Mniej autor zna literaturę przedmiotu i dlatego pominął pewne szczegóły w rozwoju u nas idei Ogrodów do zabaw. W każdym razie książeczka przyczynić się powinna do dalszego rozwoju idei tej w społeczeństwie naszem i dlatego na rozpowszechnienie zasługuje szerokie.

14. Katalog wystawy przyrodniczo-lekarskiej i hygienicznej X-go Zjazdu lekarzy i przyrodników polskich od 16 czerwca do 25 lipca. Lwów, 1907.

Katalog wystawy obejmuje 435 numerów, wymienionych na 86 stronach i podzielonych na grup 15. Z tych grupa wychowania młodzieży obejmuje 55 numerów na 17-tu stronach, zaś hygiena dziecka 15 numerów na 2 stronach. Układ dość bezładny i nie odpowiadał rozmieszczeniu przedmiotów na wystawie.

15. Dr. Teodor Heller: Pedagogika lecznicza. Z oryginału niemieckiego przełożył dr. med. Władysław Chodecki. Warszawa. Z zapomogi Kasy pomocy dla osób, pracujących na polu naukowem im. J. Mianowskiego.

Sam tytuł określa dobrze zawartość dziełka, opracowanego wogóle bardzo poważnie i gruntownie i zasługującego na to, by się znaleźć mogło w ręku każdego wychowawcy. Słusznie bardzo pojawienie książki tej w przekładzie polskim z powszechnem spotkało się uznaniem. Tem bardziej więc ubolewać wypada, że w zakresie gimnastyki nie wolne jest dziełko od błędów, powszechnych zresztą w świecie naukowym niemieckim... Znajdujemy tu więc podział na gimnastykę szwedzką t. j. „bez przyrządów“ i niemiecką „z przyrządami..“, jak gdyby przyrządy stanowić mogły podstawę systematów wychowawczych... Przez pietyzm dla autora tłumacz poprawienia w tym względzie zaniechał.

16. Dansk Idraets-Forbunds Low og Reglementer, samt Bestyrelse og Medlemmer. Fjerde Hefte. Kóbenhavn, Tillge's Boghandel.

Zeszyt niniejszy zawiera regulamin wyścigów pływackich, przepisy gry wodnej *Watter-Polo* i ustawę tow. wioślarskiego *Dansk Forening for Rosport*.

17. The „*Daily Chronicle*“ Football-Guide 1907—8. Compiled by „Corinthian.“ London.

Przewodnik kieszonkowy sezonowy w sprawach nożnej dla tych wszystkich, którzy się grą tą poważnie zajmują i wiedzieć pragną, co w zakresie tym się dzieje w odnośnych kołach zaprzyjaźnionych.

18. K. E. Palmgren: Redogörelse för verksamheten vid Palmgrenska samskolan, högre läroverk för flickor och gossar under trettionde läs och arbets-aaret. Stockolm.

Sprawozdanie z działalności słynnej szkoły spólnej w Sztokholmie w trzydziestym roku istnienia. Szkoła ta wyznaje następujące zasady: wychowanie spólne, rozwój poczucia moralnego i kształcenie charakteru, rozwijanie cielesne przez pracę fizyczną przy zmniejszeniu godzin na naukę, wolny wybór przedmiotów (na pewnym stopniu rozwoju), rozwijanie cech indywidualnych i samodzielności.

Redaktor i wydawca **Władysław R. Kozłowski**.
Czcionkami Drukarni Naukowej, Hoża 60.